نفسِ مُطمئنہ کی طرف

ایس۔ امین الحسن

ایس۔ امین الحسن تحریک اسلامی کے نوجوان، فعال اور سرگرم خادم ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے انھیں تقریر وخطابت کی بڑی شگفتہ صلاحیت ودیعت فرمائی ہے۔ رسائل و جرائد میں مضامین و مقالات بھی لکھتے رہتے ہیں۔ مطالعے کی وسعت اور موضوع کی سنجیدگی ان کی شناخت ہے۔

ایس۔ امین الحسن ۲۹ ستمبر ۱۹۶۷ کو تمل ناڈو اسٹیٹ کی مردم خیز بستی وانم باڑی میں اپنے والد محترم ایس۔ بدرالحسن کے یہاں پیدا ہوئے۔ انھوں نے سائیکولوجی میں ایم۔ ایس۔ سی کی ڈگری حاصل کی ہے اور پیشے کے اعتبار سے سول انجینئر ہیں۔

ایس۔ امین الحسن ۱۹۹۶ میں جماعت اسلامی ہند کے رکن ہوئے، ۱۹۹۹ میں جماعت اسلامی حلقہ تمل ناڈو کے سکریٹری برائے تربیت مقرر ہوئے، ۲۰۰۳ میں جماعت اسلامی حلقہ تمل ناڈو کے رکن مجلس شوریٰ اور وانم باڑی کی جماعت کے امیر منتخب ہوئے۔ اس وقت وہ جماعت اسلامی ہند کی مرکزی مجلس شوریٰ کے معزز رکن ہیں۔ جماعت اسلامی ہند سے باقاعدہ وابستگی سے پہلے وہ طلبہ اور نوجوانوں کی تنظیم اسٹوڈینٹس اسلامک آرگنائزیشن آف انڈیا (SIO) کے کل ہند صدر بھی رہ چکے ہیں۔

ایس۔ امین الحسن بیک وقت اردو، انگریزی، عربی اور تمل چار زبانوں کے عالم ہیں۔ چاروں زبانوں میں وہ نوشت وخواند کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ اردو میں ان کے علمی، فکری اور سائنسی مضامین آئے دن ماہ نامہ رفیق منزل دہلی اور ماہ نامہ حجاب اسلامی دہلی میں شائع ہوتے رہتے ہیں۔

زیر نظر کتاب 'نفس مطمئنہ کی طرف' جناب ایس۔ امین الحسن کے ان مضامین و مقالات کا مجموعہ ہے، جو طلبہ تنظیم اسٹوڈینٹس اسلامک آرگنائزیشن آف انڈیا کے ترجمان ماہ نامہ رفیق منزل میں وقتاً فوقتاً شائع ہوتے رہے ہیں۔ ان مضامین و مقالات میں قارئین کو اپنی تربیت اور تزکیے کی طرف متوجہ کرنے کی کامیاب کوشش ملتی ہے۔

Rs.40.00

PN - 999

نفسِ مُطر

ایس۔ امین الحسن

مرکزی مکتبہ اسلامی پبلشرز، نئی دہلی۔۲۵

مطبوعات ہیومن ویلفیئر ٹرسٹ (رجسٹرڈ) نمبر ۹۹۹

نام کتاب : نفس مطمئنہ کی طرف

مصنف : ایس۔امین الحسن

صفحات : ۹۶

اشاعت : جون ۲۰۰۹ء

تعداد : ۱۰۰۰

قیمت : -/۴۰ روپے

ناشر : مرکزی مکتبہ اسلامی پبلشرز

ڈی ۳۰۷، دعوت نگر، ابوالفضل انکلیو، جامعہ نگر، نئی دہلی۔۱۱۰۰۲۵

فون: ۲۶۹۷۱۶۵۲، ۲۶۹۵۴۳۳۱ فیکس ۲۶۹۴۷۸۵۸

E-mail: mmipublishers@gmail.com

Website: www.mmipublishers.net

: ایچ۔ایس آفسٹ پرنٹرز، نئی دہلی-۲

NAFS-E-MUTMAINNAH KI TARAF (Urdu)
By: S. Aminul Hasan
Pages: 96
Price: Rs. 40.00

بسم اللہ الرحمن الرحیم

مومن کی زندگی میں تزکیہ وتربیت کو وہی اہمیت حاصل ہے، جو انسانی زندگی کی بقا کے لیے غذا یا ہوا اور روشنی وغیرہ کو حاصل ہے۔ انبیاء و رسل سے لے کر آج تک کے تمام صلحاء اور نیکوکاروں نے تزکیہ وتربیت کی اہمیت کو تسلیم کیا ہے اور اپنی اپنی حیثیت اور رسائی کے مطابق انسانوں کو نیکی، تقویٰ، خوش خلقی، محبت مروت، بھائی چارہ اور اخلاقیات سے آراستہ ومزیّن کرنے کی کوشش کی ہے۔ زیرِ نظر کتاب ''نفس مطمئنہ کی طرف'' بھی اسی سلسلے کی ایک کڑی ہے۔ یہ تحریک اسلامی کے نوجوان اسکالر جناب ایس۔ امین الحسن کے ان مضامین کا مجموعہ ہے، جو تربیت وتزکیہ کے عنوان سے اسٹوڈنٹس اسلامک آرگنائزیشن آف انڈیا کے ترجمان ماہ نامہ رفیق منزل نئی دہلی میں قسطوں کی شکل میں شائع ہوتے رہے ہیں۔

جناب ایس۔ امین الحسن تعلیمی لحاظ سے سول انجینئر ہیں، نفسیات میں ایم۔ اے کی ڈگری حاصل کی ہے، جماعت اسلامی ہند کی مجلس نمائندگان اور اس کی مرکزی اور حلقہ کرناٹک کی مجلس شوریٰ کے معزز رکن ہیں، جماعت اسلامی ہند کی ذیلی تنظیم اسٹوڈنٹس اسلامک آرگنائزیشن آف انڈیا کے صدر بھی رہ چکے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے انھیں غیر معمولی فہم وفراست اور حکمت ودانائی سے سرفراز کیا ہے۔ مطالعۂ قرآنِ مجید سے انھیں خصوصی شغف ہے۔ ان کے دروس قرآن و احادیث کو عوام وخواص میں غیر معمولی مقبولیت حاصل ہے۔

جناب ایس۔ امین الحسن نے زیرِ نظر کتاب ''نفس مطمئنہ کی طرف'' میں نفس امارہ کی فریب کاریاں، نفس امارہ پر کنٹرول، نفس لوامہ، نفس لوامہ کی حساسیت، نفس لوامہ کی تقویت، نفس مطمئنہ، نفس مطمئنہ: چند عملی مظاہر اور نفس مطمئنہ کی طرف جیسے اہم عناوین کے تحت قاری کو اپنی تربیت اور تزکیے کی طرف متوجہ کیا ہے۔ یقین ہے کہ یہ کتاب نہ صرف تحریک اسلامی کے وابستگان بلکہ عام قارئین پر دوررس اور نتیجہ خیز اثرات مرتب کرے گی۔

ناشر

نفس امارہ کی فریب کاریاں

مشہور اسلامی سائنس داں اور محقق الفارابی کی کتاب ''مراتب الموجودات فی السیاسة المدنية'' کے حوالے سے امام رازیؒ نے لکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے چار قسم کی مخلوقات تخلیق کی ہیں۔ پہلی قسم کی مخلوق وہ ہے جس کو ''علم وحکمت'' سے نوازا گیا مگر اس کی فطرت و طبیعت کو 'شہوت وغضب' سے پاک رکھا گیا۔ وہ صرف تحمید وتقدیس جانتے ہیں۔ فساد وخون خرابہ کی صلاحیت سرے سے ان کی سرشت میں رکھی ہی نہیں گئی۔ اس طبقے سے تعلق رکھنے والی معلوم ومعروف مخلوق فرشتے ہیں۔ دوسری قسم کی مخلوق وہ ہے، جس کو 'علم وحکمت' تو نہیں البتہ شہوت و غضب وافر مقدار میں انھیں نصیب ہوا۔ خیر وشر سے نہ انھیں واسطہ ہے اور نہ حق و باطل میں تمیز کرنے کی صلاحیت، البتہ شہوت اور غضب اُن کی پہچان ہے۔ مخلوقات کے اس زُمرے میں جانور آتے ہیں۔ تیسری قسم کی مخلوق وہ ہے، جسے نہ اعلیٰ صفات سے نوازا گیا نہ سفلی جذبات سے۔ وہ خیر وشر کے امتحان سے بلند اور تکرار وتصادم سے پاک وصاف ہے۔ یہ وہ مخلوق ہے، جسے ہم 'نباتات' کہتے ہیں۔ جمادات کو بھی اسی تقسیم میں شامل کیا جاسکتا ہے۔ مخلوقات کی چوتھی اور آخری قسم وہ ہے جو ان سب میں منفرد ہے۔ 'علم وحکمت' کے خزانے اس پر انڈیل دیے گئے ہیں، شہوت و غضب بھی اس کی جبلت میں موجود ہے اور اعلیٰ وصالح اعمال کے صدور کی استعداد بھی بہ درجہ اتم موجود ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اسفل السافلین میں گرنے کا امکان بھی پوری طرح موجود ہے۔ ظاہر ہے یہ مخلوق ''انسان'' ہے۔

انسانی وجود کے امتیاز سے واقفیت کے بعد انسانی فطرت کی ماہیت سے واقفیت ضروری ہے۔ اس کی فطرت کا ادراک نفس امارہ کو سمجھنے میں مدد دے گا۔

انسانی فطرت

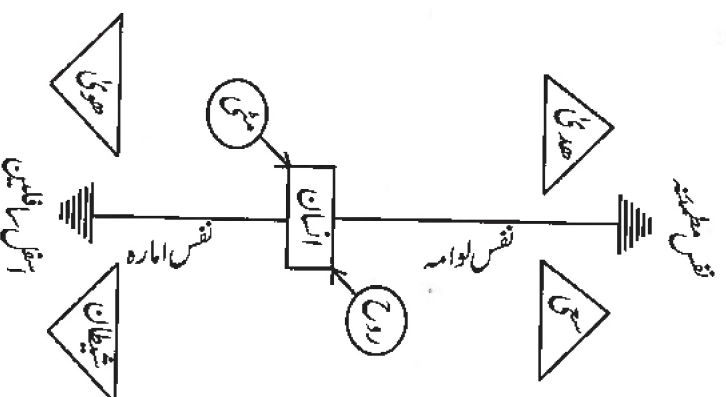
انسانی تخلیق کے وقت اللہ تعالیٰ نے فرشتوں سے کہا:

اِنِّیْ خَالِقٌۢ بَشَرًا مِّنْ طِیْنٍ٥ فَاِذَا سَوَّیْتُهٗ وَ نَفَخْتُ فِیْهِ مِنْ رُّوْحِیْ فَقَعُوْا لَهٗ سٰجِدِیْنَ٥ (ص:۷۱،۷۲)

"میں مٹی سے ایک بشر بنانے والا ہوں، پھر جب میں اسے پوری طرح بنادوں اور اس میں اپنی روح پھونک دوں تو تم اس کے آگے سجدے میں گر جاؤ۔"

اس سے معلوم ہوا کہ انسان کی تخلیق دو متضاد عناصرِ ترکیبی سے ہوئی ہے۔ ایک مٹی جس کا تصور ہی ایک حقیر چیز سے ہوتا ہے۔ سب سے زیادہ روندی جانے والی چیز مٹی ہے۔ مٹی زمین کا حصہ ہے۔ اس لیے انسان میں مٹی کی حاجتیں رکھی گئیں۔ مٹی اسے اپنی طرف (پستی کی طرف) کھینچتی ہے۔ دوسری طرف 'روح' کے تصور سے ہمارا ذہن بلندی کی طرف جاتا ہے۔ ایک پاک اور اعلیٰ شئے ہونے کا تصور ذہنوں میں جلوہ گر ہوتا ہے۔ روح ایک آسمانی چیز معلوم ہوتی ہے۔ اس لیے انسان بلندیوں کی طرف بھی گامزن نظر آتا ہے۔ مگر یہ حقیقت فراموش نہ ہو کہ بلندی سے گرنے کے لیے کسی سعی و جہد کی ضرورت نہیں ہوتی جب کہ بلندی پر چڑھنے کے لیے کوشش کو دخل ہے۔ گرنے کے لیے 9.81 m/sec2 کی کشش ثقل درکار ہوتی ہے جب کہ پرواز کے لیے escape vilocity 11.1km per sec. rocket velocity = کی ضرورت ہوتی ہے۔ مندرجہ بالا باتوں کو ایک نقشے سے سمجھا جاسکتا ہے:

نفس مطمئنہ
ھدیٰ
سعی
نفس لوامہ
روح
انسان
مٹی
نفس امارہ
شیطان
ھویٰ
اسفل سافلین

یہاں ایک بات جو اچھی طرح یاد رکھنے کی ہے وہ یہ ہے کہ انسان کی اصل اس کی 'روح' ہے۔ جسم اس کے لیے لباس کے مانند ہے۔ انسانی روح جب آخرت کی طرف پرواز

کر جاتی ہے تو اعمال کے اچھے یا برے اثرات اپنے ساتھ لے جاتی ہے۔ جسم یعنی لباس کو بوسیدہ اور میلا کچیلا چھوڑ جاتی ہے۔ اس لیے اصل پر توجہ دینے اور روح کی صفائی کے لیے انبیا اور کتابیں بھیجی گئیں۔ احیاء العلوم الدین جلد دوم باب اول میں امام غزالیؒ کی تحقیق یہ بتاتی ہے کہ 'قلب، روح، نفس اور عقل' سب ایک ہیں اس لیے ان الفاظ کو ایک دوسرے کے متبادل کی حیثیت سے استعمال کیا جاتا ہے۔ معلوم ہوا کہ نفس ہی انسان ہے۔ نفس برا بھی ہوتا ہے اور اچھا بھی۔ نفس ہی اعمال کے لیے ذمہ دار ہے۔ نفس ہی سے سوال و جواب ہے۔ نفس ہی کا ٹھکانا جنت یا جہنم ہے۔ ان سب مرحلوں میں انسان کبھی جسم کے ساتھ ہوتا ہے، کبھی جسم کے بغیر ہوتا ہے اور کبھی ایک دوسرے جسم کے ساتھ حاضر ہوتا ہے۔ لہٰذا نفس کی تہذیب و تربیت پر اخروی کامیابی کا انحصار ہے۔

نفس کی تین قسمیں

حقیقت میں نفس ایک ہی ہے۔ مگر چوں کہ اس کی پیدائش دو متضاد عناصر ترکیبی سے ہوئی ہے اسی لیے اس پر دو حرکی قوتیں (driving forces) مسلسل کام پر لگی ہوئی ہیں، جو قوت اسے شر اور پستی کی طرف کھینچتی ہے اسے ''نفس امارہ'' کہا گیا اور جو قوت اسے خیر کی طرف اور اوپر کی طرف لے جائے، شر سے آگاہ کرے تا کہ انسان پستی میں گرنے سے بچے، اسے ''نفس لوامہ'' کہا گیا ہے۔ ان دو قوتوں کی کش مکش میں خیر جب غالب ہو جائے تو اسے ''نفس مطمئنہ'' کہا گیا۔ انسان جب دنیا میں آتا ہے تو وہ سیدھا سادہ محض 'نفس انسانی' ساتھ لاتا ہے۔ نفس انسانی سے نفس مطمئنہ تک اس کا ایک سفر ہے، جو پوری زندگی جاری رہتا ہے۔ نفس کی ان تین قسموں کا ذکر قرآن میں اس طرح آیا ہے: (۱) نفس امارہ (۲) نفسِ لوّامہ (۳) نفس مطمئنہ۔

نفس امارہ

وَمَآ اُبَرِّئُ نَفْسِیْ ۚ اِنَّ النَّفْسَ لَاَمَّارَةٌۢ بِالسُّوْٓءِ اِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّیْ ؕ اِنَّ رَبِّیْ غَفُوْرٌ رَّحِیْمٌ٥ (یوسف:۵۳)

"میں کچھ اپنے نفس کی برأت نہیں کر رہا ہوں، نفس تو بدی پر اکساتا ہی ہے، الا یہ کہ کسی پر میرے رب کی رحمت ہو، بے شک میرا رب بڑا غفور و رحیم ہے۔"

نفس لوامہ

لَآ اُقْسِمُ بِیَوْمِ الْقِیٰمَةِ o وَلَآ اُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ o (قیامہ:۱،۲)

’’نہیں، میں قسم کھاتا ہوں قیامت کے دن کی اور نہیں، میں قسم کھاتا ہوں ملامت کرنے والے نفس کی۔‘‘

نفس مطمئنہ

یٰٓاَیَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ o ارْجِعِیْٓ اِلٰی رَبِّکِ رَاضِیَةً مَّرْضِیَّةً o فَادْخُلِیْ فِیْ عِبٰدِیْ o وَادْخُلِیْ جَنَّتِیْ o (الفجر:۲۷-۳۰)

’’اے نفس مطمئن چل اپنے رب کی طرف اس حال میں کہ تو (اپنے انجام نیک سے) خوش اور (اپنے رب کے نزدیک) پسندیدہ ہے۔ شامل ہو جا میرے (نیک) بندوں میں اور داخل ہو جا میری جنت میں۔‘‘

انسان کی تین قسمیں

اپنے نفس کو شہوات کے اتباع میں لگا کر ’نفس امارہ‘ کا متبع بن جانا، یا ضمیر کی آواز سن کر ’نفس لوامہ‘ کی خیر خواہی سے فائدہ اٹھانا یا خیر میں سبقت لے جا کر اپنے آپ کو ’نفس مطمئنہ‘ بنانا انسان کا اپنا کام ہے۔ یہی اس کی آزمائش ہے۔ اس لحاظ سے تین قسم کے انسانوں کا ذکر قرآن دو جگہوں پر کرتا ہے۔

(۱) ثُمَّ اَوْرَثْنَا الْکِتٰبَ الَّذِیْنَ اصْطَفَیْنَا مِنْ عِبَادِنَا فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِّنَفْسِهٖ وَ مِنْهُمْ مُّقْتَصِدٌ وَ مِنْهُمْ سَابِقٌۢ بِالْخَیْرٰتِ بِاِذْنِ اللّٰهِ ذٰلِکَ هُوَ الْفَضْلُ الْکَبِیْرُ o (فاطر:۳۲)

’’پھر ہم نے اس کتاب کا وارث بنا دیا ان لوگوں کو جنھیں ہم نے (اس وراثت کے لیے) اپنے بندوں میں سے چن لیا۔ اب کوئی تو ان میں سے اپنے (۱) نفس پر ظلم کرنے والا ہے، اور (۲) کوئی بیچ کی راس ہے اور کوئی اللہ کے اذن سے (۳) نیکیوں سبقت کرنے والا ہے۔ یہی بہت بڑا فضل ہے۔‘‘

(۲) وَ کُنْتُمْ اَزْوَاجًا ثَلٰثَةً o فَاَصْحٰبُ الْمَیْمَنَةِ مَآ اَصْحٰبُ الْمَیْمَنَةِ o وَ اَصْحٰبُ الْمَشْئَمَةِ مَآ اَصْحٰبُ الْمَشْئَمَةِ o وَالسّٰبِقُوْنَ السّٰبِقُوْنَ o اُولٰٓئِکَ الْمُقَرَّبُوْنَ o (واقعہ:۷-۱۱)

’’تم لوگ اس وقت تین گروہوں میں تقسیم ہو جاؤ گے۔ دائیں بازو والے سو دائیں بازو والوں (کی خوش نصیبی) کا کیا کہنا۔ اور بائیں بازو والے تو بائیں بازو والوں (کی بدنصیبی) کا کیا ٹھکانا اور آگے والے تو پھر آگے والے ہی ہیں۔‘‘

پہلی آیت میں انسانوں کی تین قسموں کا ذکر ہے، جب کہ دوسری آیت میں انجام کے لحاظ سے انسانوں کی تین قسمیں بتائی گئی ہیں۔ غور کرنے سے پتہ چلتا ہے کہ اوپر نفوس انسانی کے جن تین اقسام کا ذکر کیا گیا اسی مناسبت سے یہ تقسیم بھی ہے۔ واللہ اعلم بالصواب۔

نفس امارہ کی تین شرارتیں

’نفس‘ اردو زبان میں مذکر اور عربی زبان میں مؤنث کے صیغہ میں استعمال ہوتا ہے۔ ’نفس امارہ‘ سے مراد حکم دینے والی نفس (عربی میں) یا حکم کرنے والا نفس (اردو میں) ہے۔ کس بات کا حکم؟ برائی، شر اور فجور کا حکم دینا، اُکسانا، برائیوں میں ملوث کرنا، لذت کا خواہاں بنانا، شہوانی خواہشات کا دل دادہ بنانا، غضب کی آگ بھڑکانا، سفلی جذبات کو برانگیختہ کرنا، کردار کی پستی کی طرف لے جانا، بغاوت، شرارت اور حکم عدولی پر آمادہ کرنا نفس امارہ کے مشغلے ہیں۔

نفس امارہ اپنے وجود کا اظہار تین طریقوں سے کرتا ہے۔ امام غزالیؒ نے اس کی بہترین تصویر کشی کی ہے۔ ذیل میں ان کی باتوں کا خلاصہ درج ہے۔

نفس کا مرکز دل ہے۔ دل پر چار قوتیں کام کرتی ہیں: (۱) سور (۲) کتا (۳) شیطان (۴) فرشتہ۔ دل جسم کا دار الخلافہ ہے۔ دار الحکومت پر جو غالب ہوگا سارا ملک (جسم) اسی کے رنگ میں ڈھلے گا۔ ان چار قوتوں میں پہلی قوت ہے ’’شہوت شکم‘‘ اور ’’شہوت فرج‘‘۔ حلال، حرام ہر طریقے سے پیٹ بھرنا، دنیا کو پیٹ ہی کی نگاہ سے دیکھنا، جنسی معاملات سے دل چسپی، بے حیائی، عریانی، فحش، بدکرداری وغیرہ جیسے صفات کی تجسیم (Personification) کرنا چاہیں تو ’خنزیر‘ مناسب ترین جانور ہے۔ دوسری قوت جو قلب پر غالب ہونے کے لیے زور لگاتی ہے وہ ہے ’غضب‘۔ مزاجوں کے اختلاف پر لڑ جانا، تھوڑی سے اکساہٹ پر بھڑک جانا، گالی گلوچ کرنا، زبان درازی کرنا، لڑنا، جھگڑنا، کاٹنا، بھنبھوڑنا، غرانا، جھپٹنا وغیرہ۔ مذموم حرکات کی تجسیم کرنا چاہیں تو ’کتا‘ مناسب ترین جانور ہے۔ معلوم ہوا کہ نفس انسانی کے اندر ایک کتا بھی بیٹھا ہوا ہے جو اپنا اظہار مختلف موقعوں سے کرتا رہتا ہے۔ تیسری قوت ’سرکشی‘ کی ہے۔ نسلی برتری، لسانی افتخار، انانیت، احساس برتری، کبر و غرور، حسد و تکبر، حکم عدولی، نافرمانی، اکسانا،

ورغلانا، برائیوں پر آمادہ کرنا وغیرہ جیسی صفات کی تجسیم شیطان ہی سے ممکن ہے۔ رہی چوتھی قوت (جو اس وقت موضوع سے باہر ہے) وہ ہے تقویٰ۔ تقویٰ کی بہترین تعبیر ''فرشتہ'' ہے۔

نفس امارہ انسان کو اسفل السافلین تک پہنچانے کی غرض سے تین شرارتیں کرتا ہے:

(۱) بے حیائی، شہوت شکم اور شہوت فرج کے راستے سے انسان کو برائیوں کا حکم دیتا ہے۔ برائیوں کو مزین کر کے پیش کرتا ہے اور ان کی لذتوں کا عادی بناتا ہے۔

(۲) غیض وغضب کے راستے سے نفس امارہ انسان کو طیش دلا کر لڑاتا بھڑاتا ہے، خون خرابہ کرتا ہے اور ذہن کو فساد سے بھر دیتا ہے۔

(۳) کبر و غرور اور حسب نسب کے راستے سے نفس امارہ انسان کو اعلیٰ ادنیٰ، برتر اور کم تر کے فتنے میں مبتلا کر کے وحدت انسانی کو منتشر کرتا ہے۔

یہ شرارتیں صرف فرد اور ذات کی حد تک محدود نہیں ہوتیں۔ نفس امارہ کے بڑے بڑے پجاری، محققین، ماہر نفسیات، میڈیا، فلسفی اور سیاست دانوں کے روپ میں ظاہر ہوتے ہیں۔ پہلی بے حیاء شرارت کے نتیجے میں بے جا لٹریچر، گندے ناول، حیا سوز مناظر، عریانیت، فحش گانے، بلو فلمز، ہم جنسیت، شراب، جوا، زنا، تھرکنا، ناچنا، کلبس، بارس پبس وغیرہ وجود میں آتے ہیں۔

دوسری شرارت کے نتیجے میں جھوٹ کے ذریعہ سے باطل کی ملمع کاری کی جاتی ہے، حق سے ٹکر لی جاتی ہے، مملکتوں پر دھاوے بولے جاتے ہیں، انسانوں کو لڑایا جاتا ہے، جنگیں برپا کی جاتی ہیں، انسانوں کے خون سے ہولی کھیلی جاتی ہے، معصوموں پر بم گرائے جاتے ہیں، اپنے جیسے انسانوں کے ساتھ وہ سلوک کرتے ہیں کہ درندے بھی شرما جائیں۔

تیسری شرارت کے نتیجے میں نسلی امتیازات وجود میں آتے ہیں، نسل پرستی کے فلسفے گھڑے جاتے ہیں، ورن آشرم وجود میں آتا ہے، قومیت کا مذموم نظریہ انسانی وحدت کو پارہ پارہ کرتا ہے، دنیا کو متمدن و غیر متمدن، ترقی یافتہ و حشی، پہلی اور تیسری دنیا کی تقسیم روا رکھی جاتی ہے۔

نفس امارہ کی شرارتیں صرف ذات کی حد تک نہیں رک پاتیں۔ بلکہ انسانی سماج کو مذموم کرتی ہیں۔ اس لیے انبیا کی یہ کوشش رہی کہ نفس امارہ پر انسان قابو پا کر، اسے لگام لگا کر، اسے تہذیب سے مزین کر کے سماج کی فلاح کا وہ کام کرے، جس سے اس کی روح مطمئن ہو جائے۔ اس جہاد میں نفس لوامہ اس کا بہی خواہ اور حقیقی ساتھی ہوگا۔ نفس امارہ کی شرارتوں کی مثالیں قرآن میں ہمیں ملتی ہیں۔ ہابیل قابیل کی لڑائی، عزیز مصر کی بیوی کا حضرت یوسفؑ پر ڈورے ڈالنا، فرعون کا حضرت موسیٰؑ کے ساتھ متکبرانہ کلام کرنا وغیرہ انھی شرارتوں کا عملی اظہار تھا۔

نفس امارہ کا استدراج

نفس امارہ کا کام تو برائی کا حکم دینا ہے مگر وہ ایک تدریج کے ساتھ انسان کو درجہ بہ درجہ گناہ کی طرف دھکیلتا ہے۔ برائی کی آخری منزل ہے شرم گاہ۔ اس کی پہلی منزل شروع ہوتی ہے سماعت یا بصارت سے۔ اس لیے نفس امارہ اپنا کام یہاں سے شروع کرتا ہے۔ برائی سنتے رہنے سے برائی بولنے کی ہمت انسان کر بیٹھتا ہے۔ گانے، بجانے، لڑکیوں کی لچک دار آواز کی لذت پہلے پہل اسے برائی سے قریب کرتی ہے۔ جو سنتا ہے وہی بولتا ہے۔ بہرے ہی گونگے ہوتے ہیں ان کا اصل نقص سماعت میں ہوتا ہے۔ وہ نہ کوئی بولی سنتے ہیں نہ ان کا دماغ انھیں محفوظ کرتا ہے اور نہ ہی نقل کے ذریعہ بہ زبان اسے ادا کر سکتے ہیں۔ جو گندگی بولتے ہیں وہ پہلے دلیری سے گندگی سننے کے عادی ہوتے ہیں۔ سننے میں روک لگائی جائے تو بولنے میں روک خود بخود لگتی ہے۔

سننے کا تبادلہ بولنے سے ہوتا ہے۔ گوتم بودھ کے مطابق ناپسندیدہ باتوں کی چار اقسام ہیں: (۱) جھوٹ (۲) چغلی وغیبت (۳) فحش گوئی (۴) لغو۔ پہلے کا جدید نام Art of Presentation ہے، دوسرے کا جدید نام Freedom of Expression ہے، تیسرے کا جدید نام boldness اور چوتھے کا نام Gossip ہے۔

کلاسس، بسس، ریسٹورینٹس جہاں موضوع گفتگو لڑکی، اس کا حسن، اس کی ادائیں ہوتی ہیں، پھر زاویے اور دائرے تک بات پہنچتی ہے، ان باتوں سے حیا کا پردہ چاک ہو جاتا ہے۔ بڑے چھوٹے، اچھے برے، خلوت جلوت، ممنوع اور مباح کی تمیز ختم ہو جاتی ہے۔ زبان ذہن کی ترجمان ہے۔ زبان کی کیفیت ذہن کی کیفیت کا اظہار ہے۔ زبان اور عمل کے درمیان

دوری بہت کم ہے۔ زبان اور شرم گاہ تک کا راستہ بھی طویل نہیں ہے۔ اس لیے نبیؐ نے فرمایا:

"تم دو چیزوں کی مجھے ضمانت دو میں تمھیں جنت کی ضمانت دیتا ہوں۔ ایک زبان اور دوسری شرم گاہ۔"

معلوم ہوا کہ سماعت میں کنٹرول کے نتیجے میں زبان کا تحفظ نصیب ہوتا ہے۔

انسان جب سماعت کے معاملے میں نفس امارہ کی بات مان لیتا ہے تو وہ آگے اسے بصارت کے گناہ میں مبتلا کرتا ہے۔ اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا کہ "نماز میں آنکھوں کی ٹھنڈک ہے۔" نفس امارہ کہتا ہے کہ "عریاں تصاویر و مناظر کی دید میں آنکھوں کی ٹھنڈک ہے۔" مولانا اشرف علی تھانویؒ نے لکھا ہے کہ اکثر گناہ کرنے کے بعد انسان آسودہ ہو جاتا ہے مگر آنکھوں کا گناہ ایک ایسا ہے کہ جس سے کبھی آدمی آسودہ نہیں ہوتا۔ اس گناہ کی دوسری انوکھی بات یہ ہے کہ شراب، جوا، وغیرہ کے گناہ سے آدمی لوگوں کی نگاہوں میں آجاتا ہے جب کہ آنکھ کا گناہ کسی کی پکڑ میں نہیں آتا۔ آنکھ کی بے حیائی انسان سے اس کا سکون چھین لیتی ہے۔

ہر عمر کا ایک خاص فتنہ ہوتا ہے۔ طالب علمی کے زمانے کا خاص فتنہ بری نظر ہے۔ عریاں اور برہنہ تصاویر، بلو فلمز، بے حیا ویب سائٹس اور پھر نظر بازی سے نفس امارہ توانا ہوتا ہے اور آدمی کی گناہ کے بارے میں ڈھٹائی بڑھ جاتی ہے۔ آنکھ سے شرم گاہ تک کا سفر راہ شوق میں بڑی سرعت سے ہو جاتا ہے۔ اس لیے قرآن نے کہا:

قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَغُضُّوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ وَ يَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ ذٰلِكَ اَزْكٰى لَهُمْ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا يَصْنَعُوْنَ ۝ (النور:۳۰)

"اے نبیؐ! مومن مردوں سے کہو کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں، یہ ان کے لیے زیادہ پاکیزہ طریقہ ہے، جو کچھ وہ کرتے ہیں اللہ اس سے باخبر رہتا ہے۔"

جیسے سننے اور بولنے کا تعلق ہے۔ اسی طرح دیکھنے اور لکھنے کا تعلق ہے۔ ستر کو بے ستر کرنا، حجاب کو بے حجاب کرنا، حقیقت کی دنیا میں ممکن نہیں تو پھر گانے، اشعار، محبت نامے اور اس سے آگے بڑھ کر آرٹ کی شکل میں اس کا اظہار ہونے لگتا ہے۔ ٹرین کے بیت الخلا میں، کالج کینٹین کی دیواروں اور لائبریریوں کی کتابوں پر بنائی جانے والی حیا سوز تصاویر اس کی منہ بولتی

مثالیں ہیں۔ یہ سب نفس امارہ کے عملی مظاہر ہیں۔ سماعت اور بصارت کے بعد برائی کے معاملے میں پختگی بڑھ جاتی ہے تو قلب میں ہمیشہ ہوس چھپ چھپ کے تصویریں بناتی رہتی ہے۔ قلب میں کسی برائی کو جگہ نصیب ہو جائے تو عمل کی دنیا میں ڈھلنے کے لیے اس کی منہ زوری بڑھ جاتی ہے۔

نفس امارہ کی آخری منزل جنسی شہوت رانی ہے۔ ان جذبات کو سماعت، بصارت اور قلب برانگیختہ کرتے ہیں۔ دباؤ اور تناؤ کی کیفیت نفس امارہ کا آخری حربہ ہوتا ہے اور کسی طرح فراغت پر اکساتا ہے۔ استمنا بالید، زنا اور لواطت اس کے بدترین اور ناجائز راستے ہیں، نفس امارہ کا تابع فرد پچھلے تین سنگ میلوں کو پار کرنے کے بعد جنسی خواہش کی عدم تکمیل کو اپنی شکست، دقیانوسیت اور شانِ مردانگی کے خلاف سمجھتا ہے اور آخر کار حدود پار کر جاتا ہے۔

نفس امارہ کے اس استدراج کے خلاف نبی کریمؐ کی دو پیاری دعائیں نقل کی جارہی ہیں:

(الف) اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ سَمْعِيْ، وَ مِنْ شَرِّ بَصَرِيْ، وَ مِنْ شَرِّ قَلْبِيْ وَ مِنْ شَرِّ مَنِيِّيْ۔

"اے اللہ میں تیری پناہ چاہتا ہوں سماعت کے شر سے، بصارت کے شر سے، قلب کے شر سے اور منی کے شر سے۔"

غور کیجیے کہ کس طرح کی آپؐ نے نفس کی شرارتوں سے پناہ مانگنا سکھایا ہے۔ ان مرحلوں کا ذکر بھی وضاحت کے ساتھ آگیا جن مرحلوں سے نفس امارہ کسی فرد کو گزار کر تباہ کرتا ہے۔

(ب) اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ مُّنْكَرَاتِ الْاَخْلَاقِ وَالْاَعْمَالِ وَالْاَهْوَاءِ۔

"اے اللہ میں تیری پناہ چاہتا ہوں، اخلاق، اعمال اور خواہشات کی برائیوں سے۔"

اس دعا پر غور کریں گے تو اس میں بھی نفس امارہ کے تدریجی بہکاووں کا ذکر پائیں گے۔ مگر یہاں ترتیب الٹی ہے۔ یہاں جرم کی سنگینی کے لحاظ سے درجہ بندی کی گئی۔ برائی کے لیے سب سے پہلے میلان اور خواہش پیدا ہوتی ہے کہ فلاں منظر دیکھ، فلاں لڑکی کو چھولے وغیرہ۔ خواہش کے مرحلے میں روک لگانا آسان ہے۔ مگر جب خواہش کے آگے گھٹنے ٹیک کر انسان دل کی تمنا بر لاتا ہے تو وہ عمل بن جاتا ہے۔ عمل کی سطح پر بھی روک لگانا قدرے آسان ہے۔ عمل مسلسل ہونے لگے تو وہ انسان کی عادت بن جاتی ہے۔ عادت کو بیخ و بن سے اکھاڑ پھینکنا بہر حال ایک

بھاری کام ہے۔ اس لیے دعا میں سنگینی کا خیال کرتے ہوئے عادت کی برائی، پھر عمل کی برائی اور پھر خواہش کی برائی سے پناہ مانگنی سکھائی گئی ہیں۔ ضرورت ہے کہ نوجوان ان دونوں دعاؤں کو صبح شام استحضارِ مفہوم کے ساتھ ان کے ورد کو اپنا معمول بنائیں۔

دیے گئے نقشے سے پتا چلتا ہے کہ نفس امارہ کے دو بڑے ساتھی ہیں۔ انسان کو اسفل السافلین تک پہنچانے کے لیے ایک بیرون سے یلغار کرتا ہے تو دوسرا مارِ آستین ہے، نفس امارہ کا بیرونی دوست شیطان ہے تو اندرونی ایجنٹ ہوائے نفس ہے۔ ان دونوں کی مکروفریب اور چال بازیوں کا ذکر ذیل میں کیا جا رہا ہے۔

۱-شیطان

شیطان انسانی نگاہ سے ایک پوشیدہ مخلوق ہے۔ اس کی پیدائش آگ کے شعلے سے ہوئی۔

وَالْجَآنَّ خَلَقْنٰهُ مِنْ قَبْلُ مِنْ نَّارِ السَّمُوْمِ٥ (الحجر:۲۷)

''اور اس سے پہلے جنوں کو ہم آگ کی لپٹ سے پیدا کر چکے۔''

شیطان کو اس بات کا شدید احساس تھا کہ وہ انسان سے ایک برتر نسل ہے۔

قَالَ اَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ ۭ خَلَقْتَنِيْ مِنْ نَّارٍ وَّ خَلَقْتَهٗ مِنْ طِيْنٍ٥ (صٓ:۷۶)

''اس نے جواب دیا: میں اس سے بہتر ہوں آپ نے مجھے آگ سے پیدا کیا اور اس کو مٹی سے۔''

شیطان کے اس احساسِ برتری اور غرور نے انسان کو سجدہ کرنے کے خدائی حکم سے روکا۔

وَاِذْ قُلْنَا لِلْمَلٰٓئِكَةِ اسْجُدُوْا لِاٰدَمَ فَسَجَدُوْٓا اِلَّآ اِبْلِيْسَ ۭ اَبٰى وَاسْتَكْبَرَ وَ كَانَ مِنَ الْكٰفِرِيْنَ٥ (البقرہ:۳۴)

''اور جب ہم نے فرشتوں سے کہا کہ آدم کو سجدہ کرو تو ابلیس کے سوا سب نے سجدہ کیا، اس نے انکار اور تکبر کیا اور وہ کافروں میں ہوگیا۔''

اس جرم کی پاداش میں وہ راندہ درگاہ ہوگیا۔

قَالَ فَاخْرُجْ مِنْهَا فَاِنَّكَ رَجِيْمٌ٥ۙ وَّ اِنَّ عَلَيْكَ اللَّعْنَةَ اِلٰى يَوْمِ الدِّيْنِ٥ (الحجر:۳۴،۳۵)

''اچھا تو نکل جا یہاں سے کیوں کہ تو مردود ہے اور اب روز جزا تک تجھ پر لعنت ہے۔''

جب ذلیل و رسوا ہوا تو اس نے ٹھان لی کہ انسان کو جو عزت وتکریم دی گئی وہ اس کا مستحق نہ ٹھہر پائے۔ اس کو دل فریبیوں میں مبتلا کر کے اسے بہکا کر، اپنی دعوت سے پھسلا کر اپنے سوار اور پیادوں سے اس پر حملہ آور ہو کر، مال اولاد میں ساجھے دار بن کر، اس کو وعدوں کے جال میں پھانس کر۔ الغرض اس کے نفس امارہ کو لذتوں کا خواہاں بنا کر اسے ذلت و رسوائی سے دوچار کر کے اسے ناکام و نامراد کر دے۔

قَالَ فَبِمَآ اَغْوَيْتَنِيْ لَاَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيْمَ٥ۙ ثُمَّ لَاٰتِيَنَّهُمْ مِّنْۢ بَيْنِ اَيْدِيْهِمْ وَ مِنْ خَلْفِهِمْ وَ عَنْ اَيْمَانِهِمْ وَ عَنْ شَمَآئِلِهِمْ ۭ وَلَا تَجِدُ اَكْثَرَهُمْ شٰكِرِيْنَ٥ (الاعراف:۱۶)

''اچھا جس طرح تو نے مجھے گمراہی میں مبتلا کیا ہے، میں بھی اب تیری سیدھی راہ پر ان انسانوں کی گھات میں لگا رہوں گا، آگے اور پیچھے، دائیں اور بائیں ہر طرف سے ان کو گھیروں گا اور تو ان میں سے اکثر کو ناشکر گزار پائے گا۔''

لہٰذا شیطان نے اپنے مشن پر کام کرنا شروع کیا، نفس امارہ سے اس نے دوستی گانٹھی اور اس کے ذریعہ سے اپنا پروگرام نافذ کرنا شروع کر دیا۔ اس کی پالیسی و پروگرام کی نمایاں کاموں کی جھلکیاں اس طرح ہیں:

(۱) نافرمانی کی ترغیب دینا

''آخر کار شیطان نے ان دونوں کو اس درخت کی ترغیب دے کر ہمارے حکم کی پیروی سے ہٹا دیا۔'' (البقرہ:۳۶)

(۲) بے حیائی کا حکم دینا

''وہ تمھیں بدی اور فحش کا حکم دیتا ہے۔'' (البقرہ:۱۶۹)

(۳) معیارِ زندگی کے گر جانے کا خوف دلانا

"شیطان تمھیں مفلسی سے ڈراتا ہے۔" (البقرہ:۲۶۸)

(۴) آپس میں لڑانا

"اصل یہ شیطان ہے جو انسانوں کے درمیان فساد ڈلوانے کی کوشش کرتا ہے۔"
(بنی اسرائیل:۵۳)

(۵) شراب جوا کا عادی بنانا

"اے لوگو! جو ایمان لائے ہو۔ یہ شراب اور جوا یہ آستانے اور پانسے یہ سب گندے شیطانی کام ہیں ان سے پرہیز کرو۔" (المائدہ:۹۰)

اس کے پروگرام کی جھلکیوں سے واضح ہوتا ہے کہ وہ انسان کا خیرخواہ نہیں بلکہ بدترین دشمن ہے۔ وہ انسان کا دوست ہو نہیں سکتا۔ حقیقی دوست وہ جو حقیقی طور پر ہمیں قبول کرے جب کہ اس نے ہماری پیدائش کے وقت ہی حضرت آدم علیہ السلام کو قبول نہیں کیا۔ حقیقی دوست تو وہ ہوتا ہے جو ہمارے اقدار و اہداف میں شریک ہوتا ہے۔ ہمارا ہدف جنت ہے۔ شیطان کی کوشش یہ ہے کہ وہ جنت سے نکلوائے، یا جنت سے دور کرے۔ دوست وہ ہوتا ہے جو ہمیں قبول کرتا ہے، ہم سے بھی وہ بہتری کی توقع رکھتا ہے، دوست وہ جو ہماری بھلائی کا خواہاں ہوتا ہے۔ ان معیار پر شیطان ہمارا بدترین دوست ہے۔ اس لیے قرآن نے خبردار کیا ہے کہ:

اِنَّ الشَّیْطٰنَ لَکُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوْهُ عَدُوًّا (فاطر:۶)

"درحقیقت شیطان تمھارا دشمن ہے۔ اس لیے تم بھی اسے اپنا دشمن ہی سمجھو۔"

پہلے جس طرح بتایا گیا کہ نفس امارہ برائی کی طرف ایک تدریج کے ساتھ لے جاتا ہے، دراصل یہ فن اس نے شیطان سے سیکھا۔ شیطان انسان کا ناصح بن کر آتا ہے۔ خیرخواہی کے لبادے میں وہ برائی پر آمادہ کرتا ہے۔ ابلیس کس کس طرح سے دھوکا دیتا ہے، اس کا بڑی تفصیل کے ساتھ ذکر امام ابن جوزیؒ کی کتاب "تلبیس ابلیس" میں دیکھا جا سکتا ہے۔ یہاں صرف ایک واقعہ درج کیا جا رہا ہے۔

"بنی اسرائیل میں ایک ایسا عابد تھا، جس کا مقابل کوئی دوسرا عابد نہ تھا۔ اس کے وقت میں تین بھائی تھے۔ ان کی ایک بہن تھی جو باکرہ تھی۔ اتفاقاً ان تینوں بھائیوں کو کہیں لڑائی پر جانا پڑا ان کو کوئی ایسا شخص نظر نہ آیا جس کے پاس وہ اپنی بہن کو چھوڑ جائیں اور اس پر بھروسا کریں۔ لہٰذا سب نے اس رائے پر اتفاق کیا کہ اس کو عابد کے سپرد کر جائیں۔ وہ عابد ان کے خیال کے موافق تمام بنی اسرائیل میں ثقہ و پرہیزگار تھا۔ سب اس کے پاس آئے اور اپنی بہن کو حوالہ کرنے کی درخواست کی کہ جب تک ہم لڑائی سے واپس آئیں ہماری بہن آپ کے سایۂ عاطفت میں رہے۔ عابد نے انکار کیا اور ان سے اور ان کی بہن سے خدا کی پناہ مانگی۔ انھوں نے نہ مانی حتیٰ کہ راہب نے منظور کر لیا اور کہا کہ اپنی بہن کو میرے عبادت خانے کے سامنے کسی گھر میں چھوڑ جاؤ۔ انھوں نے ایک مکان میں اس کو لا اتارا اور چلے گئے۔ وہ لڑکی عابد کے قریب ایک مدت تک رہی۔ عابد اس کے لیے کھانا لے کر چلتا تھا اور اپنے عبادت خانہ کے دروازے پر رکھ کر کواڑ بند کر لیتا تھا اور اندر واپس چلا جاتا تھا اور لڑکی کو آواز دیتا تھا۔ وہ اپنے گھر سے آ کر کھانا لے جاتی تھی۔ راوی نے کہا کہ پھر شیطان نے عابد کو نرمایا اور اس کو خیر کی ترغیب دیتا رہا اور لڑکی کا دن میں عبادت خانہ تک آنا اس پر گراں ظاہر کرتا رہا کہ کہیں ایسا نہ ہو کہ یہ لڑکی دن میں کھانا لینے کے لیے گھر سے نکلے اور کوئی شخص اس کو دیکھ کر اس کی عصمت میں رخنہ انداز ہو۔ بہتر یہ ہے کہ اس کا کھانا لے کر اس کے دروازے پر رکھ آیا کرے۔ اس میں اجرِ عظیم ملے گا۔ غرض کہ عابد کھانا لے کر اس کے گھر جانے لگا۔ بعد ایک مدت کے پھر شیطان اس کے پاس آیا اور اس کو خیر کی ترغیب دی اور اس بات پر ابھارا کہ اگر تو اس لڑکی سے بات چیت کیا کرے تو تیرے کلام سے یہ مانوس ہو۔ کیوں کہ اس کو سخت وحشت ہوتی ہے۔ شیطان نے اس کا پیچھا نہ چھوڑا۔ حتیٰ کہ راہب اس سے بات چیت کرنے لگا۔ اپنے عبادت خانہ سے اتر کر اس کے پاس آنے لگا۔ پھر شیطان اس کے پاس آیا اور اس سے کہا کہ بہتر یہ ہے کہ تو عبادت خانہ کے در پر اور وہ اپنے گھر کے دروازے پر بیٹھے اور دونوں باہم باتیں کر و تا کہ اس کو انس ہو۔ آخر کار شیطان نے اس کو صومعہ سے اتار کر دروازے پر لا بٹھایا۔ لڑکی بھی گھر سے دروازے پر آئی، عابد باتیں کرنے لگا۔ ایک زمانے تک یہ حال رہا۔ پھر شیطان نے عابد کو کارِ شر کی رغبت دی، اور کہا بہتر ہے کہ تو خود لڑکی کے گھر کے قریب جا کر بیٹھے اور ہم کلامی کرے۔ اس میں زیادہ دل داری ہو گی عابد نے ایسا ہی کیا، شیطان

نے پھر تحصیل ثواب کی رغبت دی اور کہا کہ اگر لڑکی کے دروازے سے قریب ہو جائے تو بہتر ہے تا کہ اس کو دروازے تک آنے کی بھی تکلیف نہ اُٹھانی پڑے، عابد نے یہی کیا کہ اپنے صومعے سے لڑکی کے دروازے پر آ کر بیٹھتا تھا اور باتیں کرتا تھا۔ ایک عرصے تک یہ کیفیت رہی، شیطان نے پھر عابد کو ابھارا کہ اگر عین گھر کے اندر جا کر باتیں کیا کرے تو بہتر ہے تا کہ لڑکی باہر نہ آئے اور کوئی اس کا چہرہ نہ دیکھ پائے۔ غرض عابد نے یہ شیوہ اختیار کیا کہ لڑکی کے گھر کے اندر جا کر دن بھر اس سے باتیں کیا کرتا اور رات کو اپنے صومعے میں چلا آتا۔ اس کے بعد پھر شیطان اس کے پاس آیا اور لڑکی کی خوب صورتی اس پر ظاہر کرتا رہا۔ یہاں تک کہ عابد نے لڑکی کے زانو پر ہاتھ مارا اور اس کے رخسارہ کا بوسہ لیا۔ پھر روز بہ روز شیطان لڑکی کو اس کی نظروں میں آرائش دیتا رہا۔ اور اس کے دل پر غلبہ کرتا رہا۔ حتیٰ کہ وہ اس سے ملوث ہو گیا اور لڑکی نے حاملہ ہو کر ایک لڑکا جنا۔ پھر شیطان عابد کے پاس آیا اور کہنے لگا کہ اب یہ بتاؤ کہ اگر اس لڑکی کے بھائی آ گئے اور اس بچہ کو دیکھا تو تم کیا کرو گے۔ میں ڈرتا ہوں کہ تم ذلیل ہو جاؤ یا وہ تمھیں رسوا کریں، تم اس بچہ کو لو اور زمین میں گاڑ دو۔ یہ لڑکی ضرور اس معاملہ کو اپنے بھائیوں سے چھپائے گی۔ اس خوف سے کہ کہیں وہ نہ مان لیں کہ تم نے اس کے ساتھ کیا حرکت کی۔ عابد نے ایسا ہی کیا، پھر شیطان نے اس سے کہا کہ کیا تم یقین کرتے ہو کہ یہ لڑکی تمھاری ناشائستہ حرکت کو اپنے بھائیوں سے پوشیدہ رکھے گی۔ ہرگز نہیں، تم اس کو بھی پکڑو اور ذبح کر کے بچے کے ساتھ دفن کر دو۔ غرض عابد نے لڑکی کو بھی ذبح کیا اور بچے سمیت گڑھے میں ڈال کر اس پر ایک بڑا بھاری پتھر رکھ دیا اور زمین کو برابر کر کے اپنے عبادت خانہ میں جا کر عبادت کرنے لگا۔ ایک مدت گزرنے کے بعد عورت کے بھائی لڑائی سے واپس آئے اور عابد کے پاس جا کر اپنی بہن کا حال پوچھا، عابد نے ان کو اس کے مرنے کی خبر دی اور افسوس ظاہر کر کے رونے لگا اور کہا کہ وہ بڑی نیک بی بی تھی۔ دیکھو یہ اس کی قبر ہے، بھائی قبر پر آئے اور اس کے لیے دعائے خیر کی اور روئے۔ اور چند روز اس کی قبر پر رہ کر اپنے لوگوں میں آئے۔ راوی نے کہا جب رات ہوئی اور وہ اپنے بستروں پر سوئے۔ شیطان ان کو خواب میں ایک مسافر آدمی کی صورت بن کر نظر آیا۔ پہلے بڑے بھائی کے پاس گیا اور اس کی بہن کا حال پوچھا، اس نے عابد کا اس کے مرنے کی خبر دینا اور اس پر افسوس کرنا اور مقام قبر دکھانا بیان کیا۔ شیطان نے کہا سب جھوٹ ہے تم نے کیوں اپنی بہن کا معاملہ سچ مان لیا۔ عابد نے تمھاری بہن سے فعل بد کیا

وہ حاملہ ہو کر ایک بچہ جنی، عابد نے تمھارے ڈر کے مارے اس بچہ کو اس کی ماں سمیت ذبح کیا اور ایک گڑھا کھود کر دونوں کو ڈال دیا۔ جس گھر میں وہ تھی اس کے اندر داخل ہونے میں وہ گڑھا داہنی جانب پڑتا ہے، تم چلو اور اس گھر میں جاؤ تم کو وہاں دونوں ماں بیٹے ایک جگہ ملیں گے جیسا کہ میں تم سے بیان کرتا ہوں۔ پھر شیطان منجھلے بھائی کے خواب میں آیا اس سے بھی ایسا ہی کہا پھر چھوٹے کے پاس گیا اس سے بھی یہی گفتگو کی۔ جب صبح ہوئی تو سب لوگ بیدار ہوئے اور یہ تینوں اپنے اپنے خواب سے تعجب میں تھے۔ ہر ایک آپس میں ایک دوسرے سے بیان کرنے لگا کہ میں نے رات عجیب خواب دیکھا، سب نے باہم جو کچھ دیکھا تھا بیان کیا۔ بڑے بھائی نے کہا یہ خواب فقط خیال ہے اور کچھ نہیں یہ ذکر چھوڑ و اور اپنا کام کرو۔ چھوٹا کہنے لگا کہ میں تو جب تک اس مقام کو دیکھ نہ لوں گا باز نہ آؤں گا۔ تینوں بھائی چلے، جس گھر میں ان کی بہن رہتی تھی آئے۔ دروازہ کھولا اور جو جگہ ان کو خواب میں بتائی گئی تھی تلاش کی اور جیسا ان سے کہا گیا تھا اپنی بہن اور اس کے بچے کو ایک گڑھے میں ذبح کیا ہوا پایا۔ انھوں نے عابد سے کل کیفیت دریافت کی۔ عابد نے شیطان کے قول کی اپنے فعل کے بارے میں تصدیق کی۔ انھوں نے اپنے بادشاہ سے جا کر شکایت کی، عابد صومعے سے نکالا گیا اور اس کو دار پر کھینچنے کے لیے لے چلے۔ جب کہ اس کو دار پر کھڑا کیا گیا شیطان اس کے پاس آیا اور کہا کہ تم نے مجھے پہچانا، میں ہی تمہارا وہ ساتھی ہوں جس نے تم کو عورت کے فتنہ میں ڈال دیا تھا۔ یہاں تک کہ تم نے اس کو حاملہ کر دیا اور ذبح کر ڈالا۔ اب اگر تم میرا کہنا مانو اور جس خدا نے تم کو پیدا کیا ہے اس کی نافرمانی کرو تو میں تم کو اس بلا سے نجات دوں۔ راوی نے کہا کہ عابد خدا تعالیٰ سے کافر ہو گیا۔ پھر جب عابد نے کفر باللہ کیا۔ شیطان اس کو اس کے ساتھیوں کے قبضہ میں چھوڑ کر چلا گیا۔ انھوں نے اس کو دار پر کھینچا، اسی بارے میں یہ آیت نازل ہوئی: كَمَثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلْإِنسَانِ اكْفُرْ (الحشر: ۱۶)۔ (یعنی شیطان کی مثال ہے کہ انسان سے کہتا ہے کفر کر جب وہ کافر ہو گیا تو کہنے لگا میں تجھ سے الگ ہوں۔ میں اللہ رب العالمین سے خوف کرتا ہوں۔ اس شیطان اور اس کافر دونوں کا انجام یہی ہے کہ دوزخ میں ہمیشہ رہیں گے اور ظلم کرنے والوں کی یہی سزا ہے)۔"

یہ واقعہ حقیقت ہو یا تمثیل کی زبان میں ہو، یہ ہر حال ایک عبرت انگیز داستان ہے، انسان کا بدترین دشمن اور نفس امارہ کا بیرونی دوست، جس تدریج کے ساتھ برائی پر آمادہ کرتا ہے۔ اس کے شعور کے بعد مومن پکار اٹھے گا۔ الحفیظ الامان۔

وَ اِمَّا یَنۡزَغَنَّکَ مِنَ الشَّیۡطٰنِ نَزۡغٌ فَاسۡتَعِذۡ بِاللّٰہِ ؕ
(الاعراف:۲۰۰)

''اگر تم کو کوئی وسوسہ شیطان کی طرف سے آئے تو اللہ کی پناہ مانگ لو۔''

۲-ہویٰ

ہوائے نفس یعنی خواہشات نفس، نفس امارہ کے اندرونی ساتھی ہیں، نفس میں خواہشات کا ابھرنا اور بہیمی تقاضوں کا پرزور مطالبہ نفس امارہ کی اکساہٹ کی وجہ سے ہوتا ہے۔ بعض خواہشیں جائز بھی ہوتی ہیں۔ مگر بعض خواہشات تباہ کن ہوتی ہیں۔ امام غزالیؒ کے نزدیک ''خواہش'' وزیر خزانہ اور ''قلب'' بادشاہ ہے۔ وزیر خزانہ کو بادشاہ کے زیر نگرانی ہونا چاہیے ورنہ اگر وزیر خزانہ بادشاہ پر غالب آجائے تو ملک کے وقار وعزت کو بیچ ڈالے گا۔

نفسانی خواہشوں کا اتباع نہ صرف انسان کو ذلیل و رسوا کرتا ہے بلکہ اس کی عقل پر پردہ ڈال دیتا ہے۔ اس کی عقل میں فتور آجاتا ہے۔ انسان کی کارکردگی کم ہوجاتی ہے۔ اس ضمن میں امام رومی نے ایک عبرت انگیز حکایت لکھی ہے۔ وہ یہ کہ ''ایک صوفی سفر کرتا ہوا کسی خانقاہ میں پہنچا اور اپنے گدھے کو اصطبل میں باندھ کر اپنے ہاتھ سے اس کو چارہ پانی دیا اور پھر خانقاہ میں آکر بیٹھ گیا۔ اس خانقاہ کے صوفی بڑے مفلس اور قلاش تھے اور جیسا کہ حدیث شریف میں آیا ہے، بعض دفعہ مفلسی کفر تک پہنچا دیتی ہے۔ ان صوفیوں کی مفلسی بھی ان کو گم راہ کرنے کا باعث بن گئی۔ ان سب نے مل کر مسافر صوفی کا گدھا بیچ ڈالا اور اس کا جواز یہ سوچا کہ ضرورت کے وقت مردار بھی حلال ہوجاتا ہے۔ گدھے کے پیسے کھرے کر کے صوفیوں نے پرتکلف کھانا تیار کیا اور خانقاہ میں خوب روشنی کی۔ وہ مسافر بڑی دل چسپی سے یہ چہل پہل دیکھ رہا تھا۔ اس بیچارے کو یہ علم نہیں تھا کہ یہ سب کچھ اس کے گدھے کے طفیل ہے۔ دسترخوان بچھا تو اس پر قسم قسم کے کھانے دیکھ کر اس کا جی خوش ہوگیا اور اس نے ان پر بڑھ بڑھ کر ہاتھ مارے۔ جب سب کھانے سے فارغ ہوگئے تو سماع شروع ہوا۔ خانقاہ کے صوفیوں نے تالیاں بجا بجا کر اور اچھل اچھل کر سماں باندھ دیا۔ جب سماع کی محفل خوب گرم ہوگئی تو قوال نے ایک نغمہ بلند سروں میں چھیڑ دیا اور ''گدھا رخصت ہوا، گدھا رخصت ہوا، گدھا رخصت ہوا'' کی ٹیپ اس طرح الاپنی شروع کردی

کہ خانقاہ کے سب صوفیوں پر وجد طاری ہوگیا اور وہ سب مل کر قوال کے ساتھ ہی مصرع الاپنے لگے۔ وجد و سرور کے عالم میں وہ مسافر صوفی بھی ان کے ساتھ شامل ہوگیا اور ''گدھا رخصت ہوا، گدھا رخصت ہوا'' گاتا رہا، یہ محفل سماع ساری رات بڑے جوش وخروش سے جاری رہی۔ صبح ہوئی تو سب الوداع کہہ کر رخصت ہوئے اور خانقاہ میں مسافر صوفی اکیلا رہ گیا۔ تھوڑی دیر ستا کر اس نے اپنا سامان سفر باندھا اور حجرے سے نکل کر اصطبل کی طرف آیا تاکہ سامان گدھے پر لاد کر اگلی منزل کی طرف روانہ ہو۔ وہاں دیکھا تو گدھے کا نام ونشان بھی نہ تھا۔ اس نے دل میں سوچا کہ شاید خانقاہ کا خادم اس کو پانی پلانے لے گیا ہوگا۔ جب خادم آیا تو صوفی نے پوچھا: میرا گدھا کہاں ہے؟ اس نے کہا: ان سب صوفیوں نے مل کر گدھا مجھ سے زبردستی چھین لیا۔ صوفی نے کہا: مانا کہ ان ظالموں نے گدھا تجھ سے جبراً چھین لیا لیکن تو یہ تو کرسکتا تھا کہ مجھ کو اسی وقت ان کی دھاندلی کی اطلاع دے دیتا۔ خادم نے کہا: خدا کی قسم میں کئی بار آیا مگر جب دیکھا کہ تو خود بڑے ذوق وشوق سے محفل سماع میں صوفیوں کے ساتھ ''گدھا رخصت ہوا'' کا راگ الاپ رہا ہے تو میں یہی سمجھا کہ تجھ کو گدھے کے بک جانے کا علم ہے اور تو اپنے نقصان پر راضی ہے۔''

حاصل کلام یہ کہ طمع خواہش نفس کی جڑ ہے۔ یہ انسان کی حیا، خودداری، غیرت اور دین کو برباد کردیتی ہے۔ اس سے عقل پر پردہ پڑ جاتا ہے اور ضمیر مردہ ہوجاتا ہے۔ نفسانی خواہشات کے اتباع کو پستی کی طرف لے جاتا ہے۔ اس کی زندگی کا محور پیٹ اور شرم گاہ بن جاتے ہیں۔ بہیمیت اس پر غالب آجاتی ہے اور انسان اپنا اعزاز و اکرام کھو بیٹھتا ہے۔ قرآن نے اسے تمثیل کی زبان میں اس طرح بیان کیا ہے:

وَاتۡلُ عَلَیۡہِمۡ نَبَاَ الَّذِیۡۤ اٰتَیۡنٰہُ اٰیٰتِنَا فَانۡسَلَخَ مِنۡہَا فَاَتۡبَعَہُ الشَّیۡطٰنُ فَکَانَ مِنَ الۡغٰوِیۡنَ ۝ وَ لَوۡ شِئۡنَا لَرَفَعۡنٰہُ بِہَا وَ لٰکِنَّہٗۤ اَخۡلَدَ اِلَی الۡاَرۡضِ وَاتَّبَعَ ہَوٰىہُ ۚ فَمَثَلُہٗ کَمَثَلِ الۡکَلۡبِ ۚ اِنۡ تَحۡمِلۡ عَلَیۡہِ یَلۡہَثۡ اَوۡ تَتۡرُکۡہُ یَلۡہَثۡ ؕ ذٰلِکَ مَثَلُ الۡقَوۡمِ الَّذِیۡنَ کَذَّبُوۡا بِاٰیٰتِنَا ۚ فَاقۡصُصِ الۡقَصَصَ لَعَلَّہُمۡ یَتَفَکَّرُوۡنَ ۝

(الاعراف:۱۷۵،۱۷۶)

''اور ان لوگوں کو اس شخص کا حال پڑھ کر سنائیے جس کو ہم نے اپنی آیتیں دیں پھر وہ ان سے بالکل ہی نکل گیا۔ پھر شیطان اس کے پیچھے لگ گیا سو وہ گم راہ لوگوں میں شامل ہو گیا۔ اور اگر ہم چاہتے تو اس کو ان آیتوں کی بہ دولت بلند مرتبہ کر دیتے لیکن وہ تو دنیا کی طرف مائل ہو گیا اور اپنی نفسانی خواہش کی پیروی کرنے لگا۔ سو اس کی حالت کتے کی سی ہو گئی کہ اگر تو اس پر حملہ کرے تب بھی یا اس کو چھوڑ دے تب بھی ہانپے، یہ حالت ان لوگوں کی ہے جنھوں نے ہماری آیات کو جھٹلایا۔ سو آپ اس حال کو بیان کر دیجیے شاید کہ لوگ اپنے حالت پر غور کر سکیں۔''

خواہشات نفس اور شہوات کی اتباع انسان کو کس طرح اسفل السافلین تک لے جا کر گراتے ہیں۔ اس کے ثبوت میں مندرجہ بالا آیات کافی و شافی ہیں۔ آج کا دور خواہشات کو بھڑکانے میں باقی ادوار کو پیچھے چھوڑ چکا ہے۔ ہر جگہ ننگی تصاویر، ناچ گانہ، فلمز، انٹرنیٹ کے فحش سائٹس، شہوت کو بھڑکانے والے لڑکے اور لڑکیوں کے نیم عریاں لباس، مخلوط تعلیم گاہیں، پارکوں اور اجتماعی مقامات پر لمس کے مواقع، ٹی وی کے حیا سوز سیریلز وغیرہ سب مل کر نفس امارہ کا گرم جوشی سے ساتھ دیتے ہیں۔ یہی نہیں گھروں کا بگڑا ہوا ماحول بھی برائیوں پر آمادہ کرتا نظر آ رہا ہے۔ گھروں میں بے پردگی، شادی بیاہ کی مجلسیں، ماموں زاد اور خالہ زاد وغیرہ بھائی بہنوں کے درمیان بے تکلفی، چوری چھپے آشنائیاں، SMS، E-mail، chatting اور موبائل پر گھنٹوں ''ہی ہی ہاہا'' نے جذبہ شہوت کو برانگیختہ کیا ہے۔

مختلف پروگراموں میں مجھے اس موضوع پر ورکشاپ کرنے کا موقع ملا۔ دریافت نامہ (inventory) کے ذریعہ طلبہ کی اخلاقی صورت حال سامنے آئی۔ طلبہ نے اپنے مسائل اور اپنی پریشانیاں لکھیں۔ کئی نوجوان کسی نہ کسی شق میں نفس امارہ کے پھندے میں پھنسے ہوئے نظر آئے۔ اس انکشاف پر کف افسوس ملنا نہیں ہے بلکہ یہ ایک حقیقت کا انکشاف ہے اور یہ فتنہ اس عمر کا فتنہ ہے۔ لعنت ملامت یا خود فریبی کے ساتھ پردہ پوشی کے رویے کے بجائے اصلاح حال اور تربیت کی فکر کی جانی چاہیے۔ شفافیت ایمان داری کا حصہ بھی ہے اور قابل ستائش بھی۔ لہٰذا درد اور رقت قلب کے ساتھ علاج ممکن ہے۔

نفس امارہ پر کنٹرول

نفس امارہ کے حربے مختلف اور حملے ہمہ جہتی ہوتے ہیں۔ کوئی ایک برائی نہیں، جس کی وہ ترغیب دیتا ہے۔ خیر سے اسے نفرت اور شر سے محبت ہے۔ نفس امارہ ہر منکر کی ترغیب دیتا ہے، ہلاک کرنے والے یا ناکام و نامراد کر دینے والے اوصاف کو نفس امارہ ہی جنم دیتا ہے۔ شاید اسی لیے اس سے آگاہ کرنے کے لیے امام غزالیؒ نے کتاب ''احیاء العلوم'' میں ایک مکمل جلد نفس امارہ کی ہلاکت خیزیوں کے لیے مختص کیا ہے۔ نفس امارہ کی ہلاکت خیزیوں سے دنیا کی ہر اچھی اور دینی کتاب نے آگاہ کیا ہے۔ تورات میں ۷ ہلاکتوں کا ذکر ملتا ہے۔ یعنی کبر، حسد، غضب، سستی، طمع، بسیار خوری اور شہوت۔ گوتم بدھ کے نزدیک نفس امارہ کے دس لشکر ہیں جو مختلف جہت سے انسان پر حملہ آور ہوتے ہیں۔ وہ ہیں: عدم آسودگی، شہوت، بھوک و پیاس، خواہشات، سستی و بے حسی، خوف و بزدلی، شک و ریب، منافقت و ہٹ دھرمی، عزت و جاہ کی طلب، خود ستائش و دوسروں کی تحقیر۔ اس مضمون میں جب ہم کنٹرول کی بات کریں گے تو بیک وقت تمام امور کا احاطہ ناممکن ہے۔ البتہ ان میں سے کسی ایک منکر پر کنٹرول سے نفس امارہ کی شرارتیں ڈھیلی پڑ جاتی ہیں۔ ایک مورچہ پر ایک لشکر کی شکست سے دوسری ٹکڑیاں پست ہمت ہو جاتی ہیں۔ اس لیے نفس امارہ کے شہوت کے پہلو پر کنٹرول سے متعلق بعض تجاویز پیش خدمت ہیں:

اسلام نفس امارہ پر کنٹرول کی تعلیم دیتا ہے۔ نفس کو کچل دینا اس کی تعلیم نہیں ہے اور نہ یہ انسانی فطرت کے مطابق ہے۔ بعض مذاہب کی محرف تعلیمات میں نفس کو کچل دینا نجات یافتہ کی علامت اور طہارت نفس کا کمال تصور کیا گیا ہے۔ مگر حقیقت کی دنیا میں نفس کو کچلنے کے بجائے وہ خود نفس کے اسیر ہو گئے۔ اس کی عبرت انگیز داستان سورۂ حدید کی تفسیر میں دیکھی جا سکتی ہے۔

نفس پر کنٹرول تربیت سے حاصل ہوتا ہے، جس طرح مشق سے گاڑی پر کنٹرول حاصل ہوتا ہے۔ ایک اچھا انسان بننے اور ایک اچھا ڈرائیور بننے میں مشابہت پائی جاتی ہے۔ دونوں میں قوت اور آزادی ہوتی ہے ساتھ ساتھ ذمہ داری بھی۔ گاڑی پر مکمل کنٹرول حاصل ہونے کے بعد مہارت اور حفاظت سے آپ جہاں جانا چاہیں جا سکتے ہیں۔ اسی طرح تربیت یافتہ انسان جس ماحول میں بھی چلا جائے وہ اپنا تحفظ کرلے گا۔ گاڑی بنانے والے نے صرف ایکسلیٹر (Accelarator) ہی مہیا نہیں کیا بلکہ بریک (Brake) بھی فراہم کیا ہے۔ اسی طرح اللہ تعالیٰ نے نفس امارہ ہی نہیں دیا بلکہ نفس لوامہ سے بھی نوازا۔ ایکسلیٹر آزادی ہے تو بریک ذمہ داری۔ ان دونوں سے توازن بنتا ہے۔ انسان کا کمال یہی ہے کہ آزادی کے استعمال کے نتیجے میں رونما ہونے والے نتائج کا وہ متحمل ہے اور ذمہ دار بھی۔ قرآن کہتا ہے:

اِنَّا عَرَضْنَا الْاَمَانَةَ عَلَى السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَالْجِبَالِ فَاَبَيْنَ اَنْ يَّحْمِلْنَهَا وَ اَشْفَقْنَ مِنْهَا وَ حَمَلَهَا الْاِنْسَانُ ؕ اِنَّهٗ كَانَ ظَلُوْمًا جَهُوْلًا ۙ (الاحزاب: ۷۲)

''ہم نے اپنی امانت کو آسمانوں، زمین اور پہاڑوں پر پیش کیا لیکن سب نے اس کے اٹھانے سے انکار کر دیا اور اس سے ڈر گئے مگر انسان نے اسے اٹھا لیا۔ وہ بڑا ہی ظالم اور جاہل ہے۔''

جیسا کہ گزشتہ سطور میں کہیں ہم نے ذکر کیا کہ ہر عمر کا ایک خاص فتنہ ہوتا ہے۔ طالب علمی کے زمانے کا خاص فتنہ بری نظر ہے۔ عریاں اور برہنہ تصاویر، بلیو فلمز، بے حیا ویب سائٹس اور پھر لڑکیوں کی بے مہابا دید سے نفس امارہ توانا ہوتا ہے اور آدمی کی گناہ کے بارے میں ڈھٹائی بڑھ جاتی ہے۔ نفس امارہ جب اکساتا ہے تو ایک سلیم الفطرت انسان اکساہٹ کو بھانپ لیتا ہے، مگر اس کا توڑ کرنا یا اس کے آگے گھٹنے ٹیک دینا یہ انسان کا اختیار ہے۔ کبھی بھول چوک یا بشری کمزوری کے تحت کسی برائی کا سرزد ہو جانا الگ بات ہے اور برائیوں کا رسیا ہو جانا دوسری بات ہے۔ مولانا مودودیؒ نے لکھا ہے کہ گندگی پر کبھی بھول سے پیر پڑ جانا الگ بات ہے اور اس کو اوڑھنا بچھونا بنا لینا ایک دوسری بات ہے۔ پہلے پر مغفرت ہے دوسرے پر گرفت۔

اگر نفس برائیوں کی ترغیب دے تو اس موقع پر مندرجہ ذیل ۷ تراکیب اختیار کریں:

۱- حکم خداوندی

نفس امارہ برائیوں کا حکم دیتا ہے۔ خدا ان سے رکنے کا حکم دیتا ہے۔ نفس کی شرارتوں اور اکساہٹوں سے رکنا استعانت باللہ کے بغیر ناممکن ہے۔ لہٰذا نفس پر کنٹرول میں سب سے موثر اور کارگر طریقہ کار یہ ہے کہ دل میں یہ احساس پیدا ہو کہ یہ تو وہ برائی ہے جس سے رکنے کا میرے رب نے حکم دیا ہے۔ اگر میں اس برائی کا ارتکاب کروں تو اپنے رب کے حکم کی نافرمانی ہوگی اور نتیجے میں اس کی ناراضی مول لینی ہوگی اور جو خدا کی ناراضی کا مستحق ہوا وہ دنیا اور آخرت میں رسوا ہوا۔ نفس امارہ جن چیزوں کی ترغیب دیتا ہے، قرآن ان سے منع فرماتا ہے۔ مثلاً:

ولا تبذر: اسراف اور فضول خرچی نہ کرو۔

ولا تقتلوا اولادکم خشیة املاق: مفلسی کے خوف سے اپنی اولاد کو قتل نہ کرو۔

ولا تقربوا الزنٰی: خبردار زنا کے قریب بھی نہ پھٹکنا۔

ولا تقربوا مال الیتیم: مال یتیم کے قریب بھی نہ جاؤ (ہڑپ کرنے کی نیت سے)۔

ولا تمشی فی الارض مرحا: زمین میں اکڑ کر نہ چل۔

مسلمان مردوں سے کہو اپنی نگاہیں نیچی رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں۔ مسلمان عورتوں سے کہو کہ وہ بھی اپنی نگاہیں نیچی رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں۔ اپنی زینت کو ظاہر نہ کریں۔

لا یستخر: مسخراپن نہ کرو۔

لا یغتب بعضکم من بعض: تم میں سے کوئی کسی کی غیبت نہ کرے۔

و ینھیٰ عن الفحشآء والمنکر: اور اللہ تمھیں روکتا ہے بے حیائی اور برے کاموں سے۔

اسی طرح اللہ کے رسول ﷺ نے بھی بہت سی چیزوں سے منع فرمایا ہے۔ قرآن نے صاف طور پر یہ کہہ دیا: ''رسول جو تمھیں دیں وہ لے لو اور جس چیز سے منع کریں اس سے رک جاؤ۔''
(الحشر: ۷)

نفس کی ترغیبات پر سب سے کارگر بریک یہی ہے کہ ہم اس سے کہیں کہ 'میرے رب کا حکم ہے کہ میں اس سے رکوں۔' اسی طرح خدا کے حکم کی اطاعت میں برائی سے رک گئے تو اس میں خدا کی نصرت ضرور شامل حال ہوگی۔ برائیوں سے اس لیے بھی رکا جاتا ہے کہ وہ صحت کے لیے مضر ہے یا سماج میں اس کو برا جانا جاتا ہے یا یہ کہ میرے ساتھیوں میں یہ کام کرنے کے بعد میری کیا عزت ہوگی۔ ان تمام وجوہ سے رکنے میں نہ استقامت یقینی ہے اور نہ اجر کی امید۔ ہاں حکم خداوندی تصور کرکے رکنے میں انسان کے لیے کامیابی ہے۔

وَ مَنْ يُّطِعِ اللّٰهَ وَ رَسُوْلَهٗ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيْمًا ٥ (الاحزاب:۷۱)

''اور جو بھی اللہ اور اس کے رسول کی تابع داری کرے گا اس نے بڑی مراد پالی۔''

۲- کردارِ یوسفی

انبیاء ہمارے لیے اسوہ ہیں، مگر ہر نبی کی سیرت کا کوئی نمایاں پہلو ضرور ہوتا ہے۔ حضرت یوسفؑ نوجوانوں کے لیے عظیم اُسوہ ہیں۔ وہ جوانی میں انتہائی خوب صورت تھے اور خواتین ان پر فریفتہ تھیں بالخصوص اعلیٰ طبقے کی خواتین۔ جب سوتیلے بھائیوں کے درمیان تھے تب وہ حسد کا شکار ہوئے۔ جب عزیزِ مصر کے گھر میں تھے تب وہ ہوس کا شکار بنے۔ مگر سبحان اللہ عظمت یوسف یہی ہے کہ نفس کے بچھائے ہوئے جال میں پھنسے بغیر طہارت نفس اور پاک دامنی کے ساتھ نکل آئے۔ نفس کی تحریک پر کنٹرول کا ایک پائیدار نمونہ آپ نے چھوڑا۔ چوں کہ عصمتِ انبیاء ایک نازک موضوع ہے، اسی لیے اس مقام پر بعض حوالے نقل کیے دیتے ہیں:

وَ لَقَدْ هَمَّتْ بِهٖ وَ هَمَّ بِهَا ۚ لَوْلَآ اَنْ رَّاٰ بُرْهَانَ رَبِّهٖ ؕ (یوسف:۲۴)

''اس عورت نے یوسف کی طرف قصد کیا اور یوسف اس کا قصد کرتے اگر وہ اپنے پروردگار کی دلیل نہ دیکھتے۔''

''اس آیت کے سلسلے میں جن لوگوں نے اسے 'لولا' کے ساتھ جوڑ کر یہ معنی بیان کیے ہیں کہ یوسفؑ نے قصد ہی نہیں کیا، ان مفسرین نے اسے عربی اسلوب کے خلاف قرار دیا ہے۔ اور یہ معنی بیان کیے ہیں کہ قصد تو یوسفؑ نے بھی کرلیا تھا لیکن ایک تو یہ اختیاری نہیں تھا بلکہ عزیز مصر کی بیوی کی ترغیب اور دباؤ میں شامل تھا۔ دوسرے یہ کہ گناہ کا قصد کرلینا عصمت کے

خلاف نہیں ہے۔ اس پر عمل کرنا عصمت کے خلاف ہے۔ (فتح القدیر، ابن کثیر) مگر محققین اہل تفسیر نے یہ معنی بھی بیان کیے ہیں کہ یوسف بھی اس کا قصد کرلیتے اگر اپنے رب کی برہان دیکھے نہ ہوتے۔ یعنی انھوں نے اپنے رب کی برہان دیکھ رکھی تھی۔ اسی لیے عزیزِ مصر کی بیوی کا قصد ہی نہیں کیا۔ بلکہ دعوت گناہ ملتے ہی پکار اٹھے معاذ اللہ... البتہ قصد نہ کرنے کے یہ معنی نہیں کہ نفس میں ہیجان اور تحریک پیدا نہ ہوئی ہو، ممکن ہے کہ ہیجان پیدا ہوا ہو۔ مگر ہیجان اور تحریک کا پیدا ہوجانا الگ بات ہے اور قصد کرلینا الگ بات ہے۔ اور حقیقت یہ ہے کہ اگر سرے سے ہیجان اور تحریک ہی پیدا نہ ہو تو ایسے شخص کا گناہ سے بچ جانا کوئی کمال نہیں۔ کمال تو تب ہی ہے کہ نفس کے اندر داعیہ اور تحریک پیدا ہو اور پھر انسان اس پر کنٹرول کرے اور گناہ سے بچ جائے۔ حضرت یوسفؑ نے اسی کمال صبر وضبط کا بے مثال نمونہ پیش فرمایا۔'' (تفسیر احسن البیان، ص:۳۱۹)

یہ بحث اس مقام پر ہے جہاں قرآن اسی بات کا ذکر کرتا ہے کہ عزیزِ مصر کی بیوی نے حضرت یوسفؑ کو نہ صرف گناہ کی دعوت دی بلکہ تمام تر حربے استعمال کرنے کی کوشش کی لیکن حضرت یوسفؑ سلامتی اور عافیت کے ساتھ اس خطرناک مرحلے سے گزر آئے۔ اسی لحاظ سے حضرت یوسفؑ نوجوانوں کے لیے مینارہ نور ہیں، قابل تقلید اسوہ ہیں، شفاف آئینہ ہیں جس میں ہم اپنی تصویر درست کریں۔ آپؑ پاک دامنی کی اسی بلندی پر فائز ہیں جس پر ہر نوجوان کو پہنچنے کی تمنا کرنی چاہیے۔

حضرت یوسفؑ کے ساتھ یہ سلسلہ جو پیش آیا تو یہ بھی دراصل ان کی تربیت کے سلسلے میں ایک ضروری مرحلہ تھا۔ ان کو طہارتِ نفس کے درجہ کمال پر پہنچانے کے لیے مصلحت الٰہی میں یہ ناگزیر تھا کہ ان کے ساتھ معصیت کا ایک ایسا نازک موقع پیش آئے اور اس آزمائش کے وقت وہ اپنے ارادے کی پوری طاقت پرہیزگاری وتقویٰ کے پلڑے میں ڈال کر اپنے نفس کے برے میلانات کو ہمیشہ کے لیے قطعی طور پر شکست دے دیں۔ خصوصیت کے ساتھ اسی مخصوص طریقہ تربیت کے اختیار کرنے کی مصلحت اور اہمیت اس اخلاقی ماحول کو نگاہ میں رکھنے سے بہ آسانی سمجھ میں آسکتی ہے جو اس وقت کی مصری سوسائٹی میں پایا جاتا تھا۔ سورۂ یوسف میں ماحول کی ایک ذرا سی جھلک دکھائی گئی ہے جس سے اندازہ ہوتا ہے کہ اس وقت کے ''مہذب مصر'' میں بالعموم اور اس کے اونچے طبقے میں بالخصوص شخصی آزادی قریب قریب اسی پیمانے پر تھی جس پر ہم اپنے زمانے میں اہل مغرب اور مغرب زدہ طبقوں کو ''فائز'' پا رہے ہیں۔ حضرت یوسفؑ کو ایسے

بگڑے ہوئے لوگوں میں رہ کر کام کرنا تھا اور کام بھی ایک معمولی آدمی کی حیثیت سے نہیں بلکہ فرماں روائے مملکت کی حیثیت سے کرنا تھا۔" (تفہیم القرآن، یوسف، آیت: ۲۲)

۳- لازوال حسن کی تمنا

دل میں جب بھی کسی کا حسن سما جائے تو اس کی یاد ستاتی ہے۔ خوابوں کی دنیا میں سیر کرنا اسے اچھا لگتا ہے۔ تمناؤں اور آرزوؤں کو دل میں پالتا ہے۔ دلِ مضطرب کو دیدار یار میں قرار نصیب ہوتا ہے۔ sms، mms، ای میل، چیٹنگ بڑا اچھا لگتا ہے۔ ایک دوسرے کے لیے بننا سنورنا مقصد حیات معلوم ہوتا ہے۔ نفس امارہ کے غلاموں کی یہ تصویر ہے۔ انھیں یہ معلوم ہونا چاہیے جو تصویر ان کے دل میں رچ بس گئی ہے، جس حسن کے وہ دل دادہ ہیں وہ لازوال اور پائیدار نہیں۔ رنگت، نزاکت، لطافت، معصومیت اور محاسن سب وقتی اور عارضی ہیں، جب تک شہوت کا نشہ ہو۔ آگے زندگی کی راہ میں جب حقیقتوں کا سامنا ہوتا ہے تو ٹکراؤ کی نوبت آتی ہے۔ وہ چہرہ جس کے بارے میں کہا جا رہا تھا:

> کل چودھویں کی رات تھی شب بھر رہا چرچا تیرا
> کچھ نے کہا یہ چاند ہے کچھ نے کہا چہرہ تیرا

زندگی کی پر پیچ راہوں میں، خاردار وادیوں سے گزرتے ہوئے یہی حسین چہرہ 'چڑیل نما' نظر آنے لگتا ہے۔ یا پھر کبھی زندگی کا بوجھ اٹھاتے اٹھاتے وقت کی حسینائیں بے رنگ و بے نور ہو جاتی ہیں۔ یا کبھی کوئی حادثہ پھول کو زقوم بنا دیتا ہے۔ نادانوں کو معلوم ہو کہ حسن چہرہ میں نہیں حیا میں ہوتا ہے۔ بالفرض حسن تا دم حیات باقی بھی رہ جائے تو قبر کا ایک مرحلہ آنے والا ہے جہاں میت کے قبر میں لٹانے کی دیر ہوتی ہے، کیڑے مکوڑے اور حشرات الارض کا حملہ ہوتا ہے۔ سب سے پہلے ناک، جسے حسن کا مینارہ تصور کیا جا رہا تھا، اور پیر کے انگوٹھوں کو کیڑے مکوڑے نوچ کھاتے ہیں۔ دوسرے دن وہ آنکھیں جو مخمور تھیں، غزالہ چشم تھیں، اس کے پپوٹے پگھل کر، بہہ کر رخسار پر دھاریاں بنا دیتے ہیں۔ تیسرے دن پیٹ سوجھ کر پھٹ جاتا ہے اور آنکھیں باہر نکل آتی ہیں۔ کوئی تین دن بعد قبر کھول کر دیکھے تو اپنی محبوبہ کی یہ بھیانک تصویر دیکھے گا۔ کیا یہی وہ عشق ہے جس کے لیے نفس امارہ کے آگے گھٹنے ٹیکنے پر مجبور ہوتا ہے نوجوان! حیف ہے اس کی کوتاہ بینی

اور تنگ نظری پر۔ عاقل اور سمجھ دار تو وہ ہے جو لازوال حسن کی تمنا کرے۔ جو پھیکا نہ پڑے، جو بے نور نہ ہو جائے، ظاہر ہے کہ وہ جنت کی حوریں ہوں گی۔ جو اس دنیا میں معنوی حوروں کے پیچھے ناجائز طور پر بھاگتا رہا وہ حقیقی حوروں کے لطف سے محروم ہوگا۔ دل میں کسی کی تمنا کریں، کسی کی یاد ستائے، کسی پر دل آجائے تو وہ ایسے ہوں:

فیهن قصرت الطّرف: وہاں (شرمیلی) نیچی نگاہ والی حوریں ہیں۔ (رحمٰن:۵۶)
فیهن خیرات حسان: (جنت میں) نیک سیرت خوب صورت عورتیں ہیں۔ (رحمٰن:۷۰) حور مقصورات فی الخیام: گوری رنگت کی حوریں جنتی خیموں میں رہنے والیاں ہے۔ (رحمٰن:۷۱)
کانهن الیاقوت والمرجان: وہ حوریں مثل یاقوت اور مونگے کے ہوں گی۔ (رحمٰن:۵۸)

حوروں کے لازوال حسن کی ایک تصویر حدیث میں یوں آئی ہے:

"ان کے حسن و جمال کی وجہ سے ان کی پنڈلی کا گودا، گوشت اور ہڈی کا پیچھے کا حصہ نظر آئے گا۔" دوسری روایت میں آیا ہے کہ "جنتیوں کی بیویاں اتنی حسین و جمیل ہوں گی کہ اگر ان میں سے ایک عورت اہل ارض کی طرف جھانک لے تو آسمان و زمین کے درمیان کا سارا حصہ چمک اٹھے گا اور خوشبو سے بھر جائے گا اور ان کے سر کا دوپٹہ اتنا قیمتی ہوگا کہ وہ دنیا و مافیہا سے بہتر ہے۔"

جن نوجوانوں کو ایسی حوروں کی تمنا ہوگی وہ اپنے نفس امارہ کے ترغیب کردہ حسن سے کراہت محسوس کریں گے۔ یہی جوانی کی معراج ہے۔

۴- ماں، بہن کا تصور

نفس جب تشویق دلائے، چہرہ، منظر، تصویر پر نگاہ پڑے تو حدیث میں آیا ہے کہ نگاہ فوراً پھیر لے ورنہ نگاہ کی چوریاں پکڑی جائیں گی:

يَعْلَمُ خَآئِنَةَ الْاَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُوْرُ ٥ (المومن:۱۹)

"پس اللہ نگاہوں کی چوری تک سے واقف ہے۔"

ڈھٹائی حیا کو ختم کر دیتی ہے۔ اسی ضمن میں بزرگوں نے یہ نسخہ بھی تجویز کیا ہے کہ جب بھی نگاہ بھٹکے اور گناہ پر اصرار ہو تو فوراً اپنی ماں اور بہن کو ذہن میں لائیں۔ وہ بھی خواتین ہیں ان

کی بھی عزت و ناموس ہے، وہ پاک دامن ہیں۔ ایسی ہی نگاہ کسی کمینے کی اپنی پیاری ماں اور محترم بہن کی طرف اُٹھے تو ہم انھیں چھوڑ کر رکھ دیں گے۔ آخر یہ بھی تو کسی کی ماں اور کسی کی بہن ہیں۔ ان کے بھائی بیٹے بھی تمھاری آنکھوں کو اسی انجام سے دو چار کرنے کے منتظر ہوں گے۔ یہ نفسانی جرم پاک دامنی کو بحال کرنے اور خیال گناہ پر بریک کا کام کرتا ہے۔

۵ - اچھی صحبت

انسانی نفس کی تربیت وتہذیب میں اچھی صحبت کا بڑا اہم کردار ہوتا ہے۔ یہ ایک تفصیل طلب موضوع ہے، جو ایک الگ اور مستقل مضمون کا متقاضی ہے۔ یہاں کچھ اشارے کرنا مقصود ہے۔

صحبت ناجنس میں پڑ کر انسان بگڑ جاتا ہے۔ بننے کے لیے ضروری ہے کہ اچھوں کی صحبت اختیار کی جائے۔ نبی ﷺ نے فرمایا: عطار کی دوستی اختیار کرو لوہار کی دوستی اختیار نہ کرو۔'' اس لیے کہ عطار کی دوستی سے ہوسکتا ہے کہ عطر کی شیشی تحفہ میں مل جائے یا عطر کچھ مل ہی دیا جائے یا کم از کم خوشبو سے ذہن معطر ہو جائے گا۔ اس کے برعکس لوہار کے ساتھ بیٹھنے کے نتیجے میں آگ کی چنگاری کپڑوں پر گر کر چھید کر دینے کے امکانات ہیں یا نہیں تو کم از کم ٹھوک پیٹ سے ذہن مکدر ہو جائے گا۔ اس طرح اچھوں کی صحبت نفس امارہ پر کنٹرول میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ صحبت میں بڑوں اور بزرگوں کی صحبت بھی مراد ہے۔ اور خود اپنے ہم عمروں میں اچھوں کی صحبت بھی مراد ہے۔ اچھی صحبت سے نفس امارہ سے لڑنے میں تقویت ملتی ہے۔ ایک گرتا ہے تو دوسرا تھامتا ہے۔ ایک پھسلتا ہے، تو دوسرا سہارا دیتا ہے۔ گرنا اور گرنے کے بعد اٹھنا زندگی کی علامت ہے۔

ایک سائکالوجسٹ کارل وین ہولٹ نے اپنے ایک دوست کو لکھا: ''نوعمر پرندہ جب اڑنے کی مشق کرتا ہے تو کئی بار گرتا ہے۔ صرف حقیقی گرنا وہی ہے جب گرنے کے بعد وہ اٹھنے نہ پائے۔ اس وقت یا تو وہ مر چکا ہوتا ہے یا مرنے میں مصروف ہوتا ہے۔'' زندگی کے باغیچے میں ہم سب بلند پرواز کی تمنا رکھتے ہیں۔ گر بھی جائیں تو صحبت صالح ہمیں اوپر اٹھائے گی۔ مگر یہ واضح رہے کہ ہم سب نفس امارہ کی حملوں سے محفوظ نہیں ہیں۔ کسی کو عصمت حاصل نہیں ہے۔ ایک اور ماہر نفسیات نے اپنے شاگرد سے برملا اس حقیقت کا اعتراف کیا کہ:

''پیٹرک! آج بھی روزانہ (نفس امارہ) Mora کے ساتھ میری کشتی جاری ہے۔ فرق صرف اتنا ہے کہ تجربہ، مطالعہ اور ریاضت سے مجھے دشمن مارہ (یعنی نفس امارہ) کے خفیہ راستوں اور غیر محسوس شرارتوں سے واقفیت حاصل ہو چکی ہے۔ اور کچھ Basic skill (بنیادی صلاحیت) کے ذریعے اس کے بچھائے ہوئے جال سے باہر نکل آنا ممکن ہوتا ہے۔ نو جوانوں کو ترغیب دینے کے لیے بڑوں کو معصوم ہونا یا معصوم ہونے کے معنوی اظہار کی ضرورت نہیں ہے۔''

۶ - توبہ (A Return to Innocence)

انسان نسیان اور خطاؤں کا پتلا ہے۔ لغزش آدمؑ سے بھی ہوئی اور شیطان سے بھی۔ آدم علیہ السلام فوراً چونکنا ہوئے اور اپنے رب سے معافی مانگ لی جب کہ شیطان نے اپنی غلطی کی غلط توجیہ کی آخر کار راندۂ درگاہ ہو گیا۔ نفس امارہ کی وجہ سے کوئی لغزش سرزد ہو جائے تو آئندہ اس پر کنٹرول کا طریقہ یہی ہے کہ غلطی کا اعتراف ہو اصرار نہ ہو اور خدا سے توبہ کی جائے۔ اس کا دامن مغفرت بہت وسیع ہے اپنے بندوں کو اس کی طرف واپس پلٹ کر آتے دیکھ کر اس کو بہت خوشی ہوتی ہے۔ لہٰذا ہم ایسے کام کریں جس سے ہمارا رب خوش ہو۔ قرآن رہ نمائی کرتا ہے:

وَالَّذِيْنَ اِذَا فَعَلُوْا فَاحِشَةً اَوْ ظَلَمُوْٓا اَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللّٰهَ فَاسْتَغْفَرُوْا لِذُنُوْبِهِمْ ۥ وَ مَنْ يَّغْفِرُ الذُّنُوْبَ اِلَّا اللّٰهُ ۥ وَلَمْ يُصِرُّوْا عَلٰى مَافَعَلُوْا وَهُمْ يَعْلَمُوْنَ۝ (آل عمران:۱۳۵)

''اور جن کا حال یہ ہے کہ اگر کبھی کوئی فحش کام ان سے سرزد ہو جاتا ہے یا کسی گناہ کا ارتکاب کر کے وہ اپنے اوپر ظلم کر بیٹھتے ہیں تو معاً اللہ انھیں یاد آ جاتا ہے اور اس سے وہ اپنے قصوروں کی معافی چاہتے ہیں۔ کیوں کہ اس کے سوا اور کون ہے جو گناہ معاف کر سکتا ہو۔ اور وہ کبھی دانستہ اپنے کیے پر اصرار نہیں کرتے۔''

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۭ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا ۭ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ۝ (الزمر:۵۳)

''(اے نبیؐ) کہہ دو اے میرے بندو جنھوں نے اپنے جانوں پر زیادتی کی ہے، اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہو جاؤ۔ یقیناً اللہ سارے گناہ معاف کر دیتا ہے، وہ تو غفور اور رحیم ہے۔''

۷- صدقہ

نفس امارہ کی شرارتوں سے تحفظ و امان کے لیے یہ ساتواں دروازہ ہے۔ یہ آخری دروازہ ہے جس کے ٹوٹ جانے کے بعد نفس امارہ کے حملوں کا شکار ہونا مقدر ہو جائے گا۔ آدمی سے کوئی غلطی سرزد ہو جائے تو بہ کر لے، پھر بھی بار بار اسی کم زوری کا اعادہ ہوتا ہے تو پھر توبہ کے ساتھ صدقہ اپنے اوپر لازم کر لیا جائے۔ فلاں کم زوری کو واقع ہونے نہیں دوں گا، فلاں برائی کا ارتکاب نہیں کروں گا۔ اس کا قصد کیا جائے پھر اگر اپنے عہد پر ٹھہر نہ جائے تو ایک Penalty اپنے اوپر لازم کر لے وہ یہ ہے کہ اتنی رقم صدقہ کروں گا۔ رقم کی مقدار ایسی ہو جو جیب پر بھاری محسوس ہو۔ ایک بار، دو بار، تین بار آدمی توبہ کے ساتھ صدقہ کرے گا پھر آخر کار اس غلطی کی قیمت اتنی ہو جائے گی کہ ایک جنت کا چاہنے والا مومن اس غلطی کا اعادہ نہیں کر سکے گا۔

اللہ تعالیٰ ہم سب کو نفس امارہ کی فریب کاریوں سے محفوظ و مامون رکھے۔ آمین۔

نفس لوامہ

ہر انسان اپنے اندر نفس لوامہ (ضمیر) کا وجود رکھتا ہے۔ دنیا میں کیا صحیح ہے کیا غلط، اس کے پرکھنے کا وہ ایک اندرونی معیار رکھتا ہے۔ اسے یہ بات معلوم ہے کہ اسے کیا کرنا ہے اور کیا نہیں کرنا ہے۔ جو کرنا ہے اس کے نہ کرنے پر اسے ملامت ہوتی ہے، وہ ایک ناخوش گوار کیفیت میں مبتلا ہوتا ہے اور اسے احساس جرم ستاتا ہے۔ اس غیر مرئی خیر خواہ کا نام نفس لوامہ ہے۔

اسے یوں سمجھیے کہ اگر آپ کہیں کہ کسی کی جیب کاٹ لی جائے۔ اس کے جواز کی دلیل آپ یہ دیں کہ جس کی جیب کاٹنے کی بات کی جا رہی ہے، وہ بڑا مال دار ہے۔ میں کہوں کہ یہ جائز نہیں ہے۔ ایسی صورت میں ہم دونوں میں یقیناً اختلاف پیدا ہوگا۔ ہم دونوں کے اختلاف میں کون حق پر ہے اور کون ناحق پر، ہم دونوں کے اس اختلاف میں حق کیا ہے؟ صحیح کیا ہے؟ اس کا فیصلہ کون کرے گا؟ کوئی اٹل معیار ہو جس پر پرکھا جا سکے۔ وہ اصل معیار نفس لوامہ ہے۔ اس کی عدالت سے کیا صحیح ہے کیا غلط کا فیصلہ بروقت مل جاتا ہے۔ اس پر قرآن نے اس کی شہادت اس طرح پیش کی:

لَآ اُقْسِمُ بِیَوْمِ الْقِیٰمَةِ ۝ وَلَآ اُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ۝ (القیامہ: ۱، ۲)

''نہیں، میں قسم کھاتا ہوں قیامت کے دن کی اور نہیں، میں قسم کھاتا ہوں ملامت کرنے والے نفس کی۔''

قیامت کس لیے؟ اس لیے ہی تو کہ اچھوں کو اچھائی کا اور بروں کو برائی کا بدلہ ملے۔

اچھے اور برے کی تمیز ہو، دونوں کو ناپ تول کر بتا دیا جائے کہ کیا صحیح تھا اور کیا غلط۔ قیامت میں فیصلہ خدا کا چلے گا۔ فیصلہ اس بات کا ہوگا کہ اس کے قانون کا کتنا احترام ہوا اور کتنا پامال کیا گیا۔ آخرت کے یہ تمام مرحلے ہر دن انسان کے نفس کے اندر بھی گزرتے ہیں، اندرون کا میزان ناپ تول کر بتاتا ہے کہ صحیح کیا ہے اور غلط کیا ہے۔ خدا ہے جو دیکھ رہا ہے، خدا کا ایک قانون ہے، یہ قانون ٹوٹے تو خدا کی پکڑ سے پہلے نفس (نفس لوامہ) مواخذہ کرتا ہے اور احساس جرم کی سزا دیتا ہے۔ اس لیے نفس لوامہ ایک معنیٰ میں خدا کی آواز ہے۔

روز مرہ کی زندگی میں نفس لوامہ ہماری رہ نمائی کرتا ہے۔ ہم دکان پر بیٹھے ہیں، گاہک بل ادا کرتا ہے، گننے پر معلوم ہوتا ہے کہ پانچ سو روپے کا ایک نوٹ زائد ہے۔ اسے رکھ لیا جائے یا واپس کر دیا جائے؟ یہ فیصلہ دنیا کے کسی Fast Track Court سے زیادہ سرعت کے ساتھ نفس لوامہ صادر کرتا ہے کہ زائد نوٹ واپس کر دیا جائے۔ اسی طرح صبح سے شام تک زندگی کے کئی مسئلے آتے ہیں، کیا رشوت لیں؟ کیا فلاں جگہ جھانکیں؟ کیا فلاں پر نگاہ ڈالیں؟ کیا فلاں کو جھڑک دیا جائے؟ کیا فلاں چینل دیکھیں؟ کیا فلاں ویب سائٹ پر پہنچیں وغیرہ کے جوابات نفس لوامہ دیتا چلا جاتا ہے۔

عموماً یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ آخرت میں ان لوگوں کا کیا حشر ہوگا، جن تک رسول نہیں پہنچے تھے اور جن تک خدا کی مرضیات کا علم نہیں پہنچا تھا۔ اس کا جواب یہی ہے کہ پھر بھی وہ مسئول ہیں۔ رسول جو پیغام لاتا ہے وہ رہ نمائی کے خدائی انتظامات میں چھٹا انتظام ہے۔ اس سے قبل خدا تک رہ نمائی کرنے کے اور پانچ انتظامات اللہ تعالیٰ نے کر رکھے ہیں، جس سے انسان کسی حد تک رہ نمائی پا سکتا ہے۔ ہوسکتا ہے کہ مسئولیت کی سختی میں کچھ کمی ہو مگر ایسے لوگ بے نتھے بیل نہیں ہیں، جن سے اُن کے بھلے اور برے اعمال کے بارے میں سوال ہی نہ ہو۔ رسول کا آ جانا البتہ اتمام حجت کے لیے ہے۔ آپ برائے بحث بھی کوئی بہانہ پیش نہیں کر سکتے ورنہ (۱) کائنات (۲) ہر دن مشاہدہ میں آنے والی خدا کی رحمتیں (۳) قوموں کی تاریخ جن کا انجام ان کے کرتوت پر بے لاگ اخلاقی فیصلہ ہے (۴) نفس لوامہ (۵) پھر آسمانی کتابیں، یہ انتظامات بھی خدائی انتظامات ہیں کہ انسان خدا کو پہچانے۔ اسی کے قانون پر چلے، اس کی پکڑ سے بچے اس کے دیے ہوئے آفاقی اخلاقی ضابطوں کی پاس داری کرے۔ بیرون میں کائنات خدا کا واضح Sign Post ہے۔

نفس لوامہ اندر کی دلیل ہے، شاید اس لیے ایمانیول کینٹ نامی جرمنی فلسفی نے کہا کہ ''اندرون کا اخلاقی قانون'' خدا کی عظمت کی زبردست شہادت پیش کرتا ہے۔

اخلاقیات اور ضمیر

کسی بھی زمانے میں انسانی سماج اخلاق کے تصور سے خالی نہیں رہا۔ انسانوں میں سے دو چار فلسفیوں نے اس کا انکار بھی کیا تو عملاً اس کے پابند رہے۔ آگے اس کی مثالیں آرہی ہیں۔ ڈارون کا نظریہ ارتقاء، تنازع للبقاء اور بقائے بہتر (Survival of the fittest) کا کلیہ دیتا ہے۔ جب کہ عمل کی دنیا میں کم زوروں اور بے کسوں پر رحم، محتاجوں کی مدد، مظلوم کی دادرسی، غیر معمولی حالات میں شجاعت و ہمت اور مجبوروں سے ہم دردی کو ہمیشہ قدر کی نگاہ سے دیکھا گیا۔ اس سے معلوم ہوا کہ نظریات انسانی رویہ کو طے نہیں کرتے، بلکہ انسانی زندگی خود انسانی رویہ متعین کرتی ہے۔ ان اخلاقیات کا مصدر نفس لوامہ میں ہے۔ انسان کتنے ہی کام ایسے کرتا ہے، جسے وہ خود چاہتا ہے کہ نہ کرے اور کتنے ایسے کام وہ نہیں کر پاتا، جن کے بارے میں خود اس کا احساس ہے کہ انھیں کرنا چاہیے۔ اس کش مکش سے کوئی انسانی سینہ خالی نہیں، کوئی بھی انسان اخلاقی اعتبار سے غیر جانب دار یا نیوٹرل نہیں ہوتا۔ عمل میں کوئی کیسا ہی کیوں نہ ہو، سچائی، انصاف، مساوات و حریت کی ہمیشہ ستائش ہی ہوئی ہے۔

آزادی اور آوازِ ضمیر

انسان کو اللہ تعالیٰ نے آزادی کی نعمت سے نوازا ہے:

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَّحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ ۖ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ۝

(الاحزاب: ۷۲)

''ہم نے اس امانت کو آسمانوں اور زمین اور پہاڑوں کے سامنے پیش کیا تو وہ اسے اٹھانے کے لیے تیار نہ ہوئے اور اس سے ڈر گئے، مگر انسان نے اسے اٹھا لیا، بے شک وہ بڑا ظالم ہے اور جاہل ہے۔''

اس آزادی کا استعمال صحیح ہوا یا غلط اس کا تو ایک Indicator اللہ نے انسان کے اندر ضمیر کی شکل میں رکھ دیا ہے۔ ویسے ہی جیسے بائیک اور کار کے ڈیش بورڈ میں Indicator بتاتے رہتے ہیں کہ گاڑی کی رفتار کیا ہے۔ انجن کے اندر کی گرمی کتنی ہے؟ یا انجن میں آئل ہے کہ نہیں؟ وغیرہ۔

بیرون میں اشیاء کا وجود غیر معروضی ہے۔ زمین سورج کے اطراف میں گھومتی ہے، ہم جانیں یا نہ جانیں یا ہم چاہیں یا نہ چاہیں، ہم نفرت بھی کریں تب بھی زمین گھومتی رہے گی۔ ہماری اخلاقی زندگی پر ان سب چیزوں کا دارومدار نہیں ہے۔ اس کے برعکس اندرون کی دنیا میں کسی بھی چیز کا وجود غیر معروضی نہیں ہے۔ ہمارے ہر عمل، ہر حرکت، ہر اشارے اور ہر نیت کا تعلق ہمارے ضمیر اور اخلاق سے بہت گہرا ہے۔ (علی عزت بیگووچ) یہی وجہ ہے کہ نظریاتی سطح پر انسان بسا اوقات اخلاق، ضمیر، خدا اور حساب و کتاب کا انکار بھی کرتا ہے مگر اندرون کی دنیا میں ضمیر کی آواز کو دبا دینا اس کے لیے ممکن نہیں ہوتا۔ اس کی چند مثالیں پیش خدمت ہیں:

(۱) سگمنڈ فرائڈ نے دوٹوک الفاظ میں اخلاق، ضمیر، احساس جرم وغیرہ کا انکار کیا مگر خود اپنی زندگی میں وہ چند اخلاقیات کا پابند تھا۔ وہ جنسیات کے معاملے میں نظریاتی سطح پر بے قید آزادی کا وکیل تھا۔ مگر خود اس نے لکھا ہے کہ یہودی مذہب پر عمل کرتے ہوئے اس نے صرف ایک بیوی پر اکتفا کیا۔ اس طرح اپنے ایک دوست کو خط میں لکھا ہے کہ ''اخلاقی لحاظ سے میں اتنا ہی اچھا ہوں جتنا کہ تم۔ میں اپنے آپ کا ان لوگوں سے موازنہ کر سکتا ہوں، جو میرے علم میں اخلاق کے اعتبار سے اچھے ہوں، میں اپنے آپ کو ایک با اخلاق انسان تصور کرتا ہوں۔''

یہ جملے عمر کے آخر حصے میں مختلف اوقات میں اپنے دوستوں کو لکھے گئے خطوط میں ملتے ہیں۔ یہ اس کے نظریات نہیں بلکہ اس کے ضمیر کی آواز ہیں۔

(۲) کانٹ جرمنی کا مشہور فلسفی گزرا ہے۔ اس کی "Critique of Pure Reason" نامی کتاب میں اس کی عقل اس کی منطقی دلیل کی قوت ظاہر ہوتی ہے۔ جب کہ اس کی دوسری کتاب "Critique of Practical Reason" میں تصور خدا، اخلاقیات اور تقدیر

وغیرہ پر شرح صدر کا اظہار کرتا ہے۔ جب کہ پہلی کتاب میں ان کی بنیادوں کو اس نے ڈھادیا تھا۔ اس دوسری کتاب میں اس کا ضمیر گویا ہے۔

(۳) آئنس ٹائن دنیا کا عظیم سائنس داں مانا جاتا ہے۔ حجم، وزن، قوت رفتار اور شعاعیں اس کے موضوعات رہے ہیں۔ بہ حیثیت سائنس داں وہ فطرت، عقل اور دلیل و برہان کا آدمی تھا۔ مگر بہ حیثیت انسان اور ایک صاحب نفس لوامہ کے اخلاقی امور میں وہ روسی ناول نگار دوستووسکی کی ناولوں کا دلدادہ تھا۔

(۴) فرانسس فوکویاما امریکی دانشور اپنی پہلی کتاب "The end of history and the last man" میں امریکہ کی نظریاتی برتری پر رطب اللسان ہے۔ جب کہ اس کی دوسری کتاب "The great disruption" میں اس نے امریکی سماج میں خاندانی نظام کے درہم برہم ہونے پر اپنی زبردست تشویش کا اظہار کیا ہے۔ پہلی کتاب میں غرور وتکبر ہے اور دوسری کتاب میں تاسف وہمدردی کے جذبات جھلکتے ہیں۔ دوسری کتاب میں فوکویاما کا ضمیر بولتا ہے۔

(۵) جیفری لینگ اپنے نظریاتی ارتقائی مرحلے میں ملحد ہو گئے تھے۔ اپنی ڈاکٹریٹ کی تھیسس پیش کرنے کے لیے جس وقت وہ ممتحن کے بلاوے کے انتظار میں بیٹھے ہوئے تھے، تب بھی ان کے ذہن میں تھیسس کے موضوع کے بہ جائے ''وجود باری تعالیٰ کے انکار کے دلائل'' ہی ذہن میں منڈلا رہے تھے۔ مگر ان کا اعتراف ہے کہ اس مرحلے میں بھی وہ عقل سے خدا کے انکار کے دلائل تو پیش کر سکتے تھے مگر اس وقت بھی قلب کے اندر وہ خدا کے وجود کے انکار کی ہمت نہیں کر پاتے تھے۔

ہم نے عام انسانوں کی نہیں بلکہ دنیا کے ذہین ترین لوگوں کی مثالیں درج کی ہیں، جو عقل اور نظریات کی سطح پر ملحد تھے یا تصور اخلاق وغیرہ کو ڈھکوسلہ کہتے تھے۔ مگر نفس لوامہ کی قوت کا اندازہ بہ خوبی لگایا جا سکتا ہے کہ کس طرح وہ، وہ باتیں کرتے تھے، جس سے صاف دکھائی دیتا ہے کہ اب ان کا ضمیر بول رہا ہے۔ ضمیر کی یہ قوت ایک زبردست قوت ہے۔

انسان اپنے ضمیر کے مطابق جینے پر مجبور ہوتا ہے نہ کہ اپنے نظریات کے مطابق۔

انسان دوسروں کی نگاہ میں بڑا بننے کے لیے چاہے کچھ بھی راگ الاپ لے مگر وہ اپنے اندرون سے بہ مشکل ہی خیانت کرسکتا ہے:

بَلِ الْاِنْسَانُ عَلٰى نَفْسِهٖ بَصِيْرَةٌۙ وَّ لَوْ اَلْقٰى مَعَاذِيْرَهٗؕ (قیامہ: ۱۴، ۱۵)

"بے شک انسان اپنے آپ کو خوب جانتا ہے، خواہ وہ کتنی ہی معذرتیں پیش کرے۔"

یہ تو افراد کی داستانیں تھیں۔ خود قومیں بھی جن نظریات پر عامل ہوتی ہیں وہاں بھی بعض ان امور میں وہ کام نہیں کرتیں جو ان کے وضع کردہ اخلاقی نقطۂ نظر کے مطابق ٹھیک بھی ہوں۔ مغرب میں "لذت پسندی" کا فلسفۂ اخلاق پایا جاتا ہے۔ جہاں لذت یابی ہی زندگی کا ہدف ہے۔ اس ہوس کے نتیجے میں جنسی بے راہ روی ان کا شعار بن گئی ہے۔ مگر اس گئے گزرے حال میں بھی اپنی ماں، بہن کا وہ اسی طرح احترام کرتے ہیں جس طرح کہ کرنا چاہیے۔ شاید نفس لوامہ انھیں درندہ بننے سے بچائے ہوئے ہے۔ عقل اور منطق کی سطح پر بہت سے کاموں کو صحیح ثابت کیا جاسکتا ہے۔ سائنس اور ٹکنالوجی نے ان کے لیے آسانیاں بھی فراہم کردی ہیں۔ تاہم "جمہور سائنس دانوں" کا ان عقلی اور منطقی "جائز" چیزوں پر "اجماع" نہیں ہو رہا ہے۔ کچھ مثالیں پیش خدمت ہیں۔

(۱) مصنوعی حمل آوری

پہلے ویٹری سائنس میں عمل میں آیا۔ یہ ٹیکنک آگے بڑھ کر مغرب میں انسانوں کے لیے بھی استعمال کیے جانے کی بات ہو رہی ہے۔ بلکہ کہیں کہیں مستعمل بھی ہے۔ Blood Bank کی طرح Sperm bank میں مرد کا مادہ منویہ ذخیرہ اندوز ہوگا۔ جب عورت کو بچے کی ضرورت ہو وہ ہسپتال جائے اور کسی مرد کی مرہون منت ہونے کے بجائے خود سے وہ حاملہ ہو جائے۔ یہ اب ممکنات میں سے ہے، مگر سماج کا مجموعی ضمیر اس ٹیکنک کی راہ میں حائل ہے۔

(۲) یوتھانازیہ (Euthanasia)

اس عمل کے لیے ایک اور انگریزی لفظ Mercy Killing بھی مستعمل ہے۔ کوئی بھی انسان بالخصوص بوڑھے ضعیف، حد درجہ بیمار، لاعلاج مرض کا شکار، یا مرض الموت میں مہینوں

پڑے لوگوں کو "قتل رحم" کے ذریعے موت کے گھاٹ اتار کر راحت پہنچا دی جائے۔ مغرب کے پارلیامنٹ میں اس سلسلے میں بحثیں ہوئی ہیں۔ ان کی تیکنک ضرور سائنس کے دائرۂ کار سے متعلق ہے مگر ان کا استعمال اخلاق اور ضمیر طے کرتے ہیں۔ اس لیے آج بھی حکمرانوں، سائنس دانوں کے نزدیک "قتل رحم" قتل انسان ہی مانا جاتا ہے۔ گو کہ کچھ لوگ اس کے حق میں ہیں۔ ڈاکٹرز کے نزدیک بھی یہ ایک ایسا عمل ہے جو قتل کے زمرے ہی میں شامل ہے۔ نفس لوامہ اس امر میں بھی اپنا کام انجام دے رہا ہے۔

(۳) اسقاطِ حمل

یہ وہ بدترین کام ہے، جسے ہر سماج، ہر زمانے اور ہر مذہب میں برا مانا گیا۔ احکام عشرہ میں چھٹی تعلیم یہی ہے کہ کسی نفس کو قتل نہ کرو۔ انجیل میں بھی یہی تعلیم ہے۔ گوتم بدھ نے جن چار بڑے گناہوں کا ذکر کیا ہے، ان میں ایک قتل نفس بھی ہے۔ ہارورڈ یونیورسٹی میں دلائی لاما سے جب اسقاط حمل کے بارے میں پوچھا گیا تو انھوں نے یہی بتایا کہ "ایک زندہ ہستی کا قتل، اسقاط حمل کی شکل میں بدترین عمل ہے۔" سماج کا مجموعی ضمیر آج بھی اسقاط حمل کو ناجائز ہی قرار دیتا ہے۔ بہت سے ممالک میں اسقاط حمل قانونی سطح پر جائز بھی ہو تب بھی اخلاقی سطح پر برا ہی تصور کیا جاتا ہے۔

کلوننگ، ضبط ولادت وغیرہ امور اسی قبیل کے ہیں، جن پر کہیں عمل بھی ہو جائے تو انسانی ضمیر کی ملامت سے اپنا پیچھا چھڑانا زندگی بھر کے لیے ناممکن ہو جاتا ہے۔

نفس لوامہ اور فرائڈ

سگمنڈ فرائڈ دنیا کا ایک عظیم ماہر نفسیات مانا جاتا ہے۔ وہ تحلیل نفسیات (Psyco-analysis) کا موجد ہے۔ اس نے بیس ہزار مریضوں کا معائنہ کیا، ان کے ریکارڈ محفوظ کیے اور ان ڈاٹاز کی روشنی میں انسانی نفسیات کو سمجھنے کی اس نے کوشش کی۔ آگے نفس لوامہ پر اس کے نقطۂ نظر سے متعلق بحث ہے۔

۱- بھلے اور برے کی تمیز

نفس لوامہ کا بنیادی کام یہ ہے کہ وہ بھلے اور برے کے درمیان تمیز کرتا ہے اور انسان کو قبل از عمل اور دوران عمل آگاہ کرتا ہے اور بعد از عمل ملامت کرتا ہے۔ مگر فرائڈ کے نزدیک خدا کا وجود محض والدین کی اتھارٹی کا تسلسل ہے۔ ہم اپنے والدین کو تخلیق سے جوڑتے ہیں، جنھوں نے ہمیں بھلے اور برے کا سبق سکھایا۔ وہی باپ جس نے اسے جنم دیا اور مہلکات سے تحفظ عطا کیا اس نے اسے سکھایا کہ وہ کیا کرے اور کیا نہ کرے۔ اس طرح بچے کو سماجی ذمہ داریوں سے واقفیت بہم پہنچانا ہے۔ یہ کام ایک نظام کے تحت انجام پاتا ہے، جس میں محبت اور سزاؤں کی کارفرمائی ہوتی ہے۔ جب بچہ بڑا ہوتا ہے تو انسان کو بھلے اور برے کی تمیز اس کے والدین کی تعلیمات ہی سے حاصل ہوتی ہے۔ والدین کی عائد کردہ پابندیوں اور مطالبات ہی سے اس کے اندر اخلاقی شعور ضمیر کی شکل میں پائے جاتے ہیں، ورنہ "ضمیر" کوئی معروضی وجود نہیں رکھتا۔

اس بات سے انکار نہیں کہ اخلاقی قانون انسان اپنے والدین کی تعلیمات سے لیتا ہے۔ مگر یہ بات نفسیات کی کتابوں میں لکھی ہوئی ہے اور بالعموم والدین بھی جانتے ہیں کہ ہم اپنے بچے کو بالکل وہ نہیں بنا سکتے، جو ہم چاہتے ہوں۔ اگر ہم ایسا کر سکتے ہیں تو انسانی آزادی کی نفی ہو جائے گی۔ ہر انسان آزاد ہے۔ اپنے مزاج، کردار، سوچ اور صلاحیت میں وہ منفرد ہوتا ہے۔ مشاہدہ بتاتا ہے کہ بہت سے ماں باپ برے ہوتے ہیں اور بچے ہونہار نکلتے ہیں اور بسا اوقات ماں باپ اچھے ہوتے ہیں اور بچے برائی کی راہ پر چل پڑتے ہیں۔ اگر ماں باپ کی وجہ سے بچے اچھے بن جائیں تو پھر نظریہ جبریت کو ماننا پڑے گا اور اگر انسان ماں باپ کی وجہ سے مجبور ہے کہ وہ اچھا بنے تو اس کی آزادی کی نفی ہوگی۔

۲- اخلاقی قانون آفاقی نہیں

سگمنڈ فرائڈ کا یہ بھی خیال ہے کہ اخلاق کے آفاقی اصول نہیں ہیں۔ یہ انسانی سماج کی ایجاد ہیں۔ وقت اور ضرورت کے تحت انھیں وضع بھی کیا جاتا رہا اور بدلا بھی جاتا رہا۔ جن فلسفیوں نے اخلاق کے آفاقی اصولوں کی وکالت کی ان کی رائے عقل سے متصادم ہے۔ کردار اور اوصاف کسی اخلاقی نقطۂ نظر کی بنیاد پر نہیں بلکہ سماج کی ان مجبوریوں کی وجہ سے ہیں، جہاں انسان

مل جل کر رہتے ہوں۔ دوسرے لفظوں میں ہمارے اخلاقی ضوابط ان بنیادوں پر مدون ہوئے، جنھیں انسان مفید اور ضروری سمجھتے ہیں۔ اخلاقی اصول ٹریفک رولس کے مانند ہیں، جو سماج، ملک اور حکومت کے بدلنے سے بدل جاتے ہیں۔ اس نقطہ نظر کا رد ایک اور ماہر نفسیات لیوس (C.S.Lewis) نے کیا ہے۔ اس نے کہا ہے کہ ہر کلچر میں اخلاقی قوانین ایک ہی رہے ہیں، اس کے شواہد موجود ہیں۔ البتہ مختلف تہذیبوں کے درمیان کچھ فرق ضرور پائے گئے ہیں۔ مگر وہ فرق اتنے بڑے نہیں ہیں۔ اس کی تحقیق بتاتی ہے کہ انسانی تاریخ جب سے محفوظ ہے تب سے اس کے اخلاقی تصورات بھی محفوظ ہیں۔ روئے زمین پر انسانوں کو ہمیشہ اس کی فکر لاحق رہی ہے کہ وہ کس طرح کا برتاؤ کریں اور اس سے کسی بھی صورت میں وہ آزاد نہیں ہو سکتے۔ ہاں اس اخلاقی معیار پر وہ پورے نہیں اترے اور اس کا انھیں احساس بھی ہوتا ہے۔ لیوس نے قدیم مصری، بابل، ہندو، چینی، یونانی اور رومی تہذیبوں کا مطالعہ کیا اور اس نتیجے پر پہنچا کہ وہ تہذیبیں اخلاقی نقطۂ نظر سے ایک دوسرے سے بہت مشابہ ہیں۔ کسی ایک ملک کا نام بھی بتا دیں جہاں میدان جنگ سے پیٹھ پھیر کر بھاگ جانے کو رشک کی نگاہوں سے دیکھا گیا ہو، یا کسی انسان نے اس بات پر فخر کیا ہو، یا اُس نے ان لوگوں کے ساتھ درشت رویہ اختیار کیا ہو، جن سے اسے محبت اور ہمدردی ہو۔ مفاد پرست کو دنیا نے کبھی عزت نہیں دی۔ قاتل کو تمغا نہیں دیا جاتا، انسانی خدمت ہمیشہ لوگوں کے دلوں میں گھر پیدا کرتی ہے۔ رشوت ہر زمانے اور ہر سوسائٹی میں بری ہی تسلیم کی گئی۔

۳- ضمیر کیسے بنتا ہے

ضمیر کیسے بنتا ہے؟ اس پر فرائڈ کی اپنی ایک تھیوری ہے۔ اس کا ماننا ہے کہ ہر بچے کے ارتقائی مرحلے میں (جب وہ تقریباً پانچ سال کا ہوتا ہے) ایک اہم تبدیلی رونما ہوتی ہے۔ اس کے والدین کا وہ جز، جو کہتا ہے کہ کیا صحیح ہے، کیا کریں یا کیا برا ہے، جس سے وہ بچیں اس کی ذات کا حصہ اندرون بن جاتا ہے۔

والدین کا یہ جز و اندرون اس کا ضمیر بن جاتا ہے۔ اس کے ایک حصے کا نام Super ego ہے۔ اس طرح بیرونی دنیا کا ایک حصہ کم از کم جزوی طور پر ایک معروضی شئے کی حیثیت سے ترک کر دیے جانے کے بہ جائے، انتخاب کر کے نفس کا حصہ بنا کر اپنی ذات کی اندرونی دنیا کا ایک جزء لاینفک بنا لیا جاتا ہے۔ یہ نئی ذہنی ایجنسی اس کام کو تسلسل دینے لگتی ہے، جو اس سے قبل

والدین انجام دیتے رہے۔ یہ ضمیر اب نفس امارہ پر نگاہ رکھنا شروع کر دیتا ہے۔ احکام صادر کرتا ہے، قوانین بناتا ہے اور سزاؤں سے ڈراتا ہے بالکل والدین کی طرح، جن کا مقام اب یہ حاصل کر چکا ہے۔ اس طرح انسان کے ارتقائی مرحلے میں بیرونی جبر دھیرے دھیرے حصہ اندرون بن جاتے ہیں، جس کے بعد نفس کا ایک حصہ ضمیر وہ ذمے داری سنبھال لیتا ہے اور ''جبر کرنا'' اپنے احکام میں شامل کر لیتا ہے۔ فرائڈ نے یہ ہوائی قلعہ تو تعمیر کیا مگر خود اس کی سوانح حیات پڑھنے سے یہ قلعہ ڈھے جاتا ہے۔ ڈارون کے نظریہ ارتقا میں، جیسے بندر سے انسان بنتا ہے، اسی طرح فرائڈ کے نظریہ ارتقا میں والدین کی تعلیمات ضمیر بن جاتا ہے۔ ڈارون کے پاس اس سوال کا جواب نہیں ہے کہ ارتقائی مرحلے طے کرنے کے بعد انسان کیسے اچانک کانٹے کا درخت بن گیا؟ اسی طرح مذہبی گھرانے میں پل کر ''مذہبی ضمیر'' پانے کے بعد فرائڈ کیسے خدا بے زار، مذہب دشمن اور اخلاق سوز بن گیا؟ حالاں کہ فرائڈ کا باپ ایک باعمل یہودی تھا۔ اپنے گھر میں تورات کی تلاوت میں مصروف رہتا تھا عبرانی زبان روانی سے بولتا تھا۔ اپنے بچوں کو تورات کے قصص سناتا تھا۔ اس کے گھر ایک نوکرانی تھی، کالی بدصورت تھی مگر ذہین اور مذہبی تھی۔ فرائڈ کو مستقل وہ گرجا گھر لے جایا کرتی تھی اس کا اثر یہ ہوا کہ فرائڈ کے ماں کے بیان کے مطابق فرائڈ بچپن میں چرچ سے واپس گھر آ کر والدین اور بھائی، بہنوں کو مذہب کی تبلیغ کرتا کیا یہ بات مضحکہ خیز نہیں کہ سارے انسانوں کو والدین کا سکھایا سبق حصہ اندرون بن کر ضمیر بن جائے، مگر فرائڈ پر مذہبی تعلیمات کا یہ اثر ہو کہ وہ خود ضمیر کا دشمن بن جائے؟

۴-احساس جرم اور ملامت

انسان کو جو کام کرنا تھا وہ کرے یا جو نہ کرنا تھا وہ کر بیٹھے تو نفس لوامہ انسان کو احساس جرم میں مبتلا کرتا ہے اور ملامت کرتا ہے۔ اس کی توجیہ فرائڈ کے نزدیک یہ ہے کہ انسان جب ڈپریشن کا شکار ہوتا ہے تو احساس جرم میں مبتلا ہوتا ہے۔ جب ڈپریشن کم ہو جاتا ہے تو احساس جرم بھی جاتا رہتا ہے۔ جب ذہنی طور پر انسان بیمار ہوتا ہے تو ایسے میں Super ego یعنی ضمیر داروغہ بن جاتا ہے۔ بے چارہ نفس کو لعنت ملامت کرنے لگتا ہے۔ شرمسار کرتا ہے اور برا سلوک کرتا ہے، سخت سزاؤں سے ڈراتا ہے۔ ماضی بعید میں کبھی کوئی ایسی حرکت سرزد ہو گئی ہو، جسے اس وقت معمولی سمجھ کر انجام دیا گیا ہو تو اس کی خواہ مخواہ یاد دلاتا ہے۔

ضمیر کا یہ رویہ ایسا لگتا ہے کہ گویا وہ پورا وقفہ الزامات کو جمع کرنے میں صرف کرتا رہا اور اسی وقت کا وہ منتظر رہا جہاں وہ اپنی قوت استعمال کرے تا کہ الزامات کو کھوج کرید کر او پر لائے اور ان کی بنیاد پر سرزنش کا فیصلہ سناتا رہے۔ فرائڈ کے مطابق اسی طرح ضمیر بے چارہ غریب نفس پر سخت ترین اخلاقی معیار نافذ کرتا رہتا ہے اور نفس ضمیر کے رحم و کرم پر ہو جاتا ہے۔ عمومی طور پر ضمیر اخلاق کی پابندی کا دعوے دار ہوتا ہے، ہمیں اسی وقت محسوس ہوتا ہے کہ اس وقت ہمارا احساس جرم دراصل ہمارے اندرون میں نفس امارہ ego اور ضمیر Super ego کے درمیان پائی جانے والی شدید کش مکش کا اظہار ہے۔ کچھ دنوں کے بعد یہ ہنگامہ خیزی ختم ہو جاتی ہے۔ ضمیر کی تنقید خاموش ہو جاتی ہے اور نفس پھر موٹا ہو کر کھڑا ہو جاتا ہے۔ نفس زندگی کے مزے لوٹتا ہے جب تک ضمیر کا دوسرا حملہ نہ ہو جائے۔ جب ضمیر خدا کا بنایا ہوا ہے تو یہ وقتی معاملہ کیوں بن جاتا ہے۔ پھر فرائڈ ایک بوالفضولی بیان کرتا ہے کہ یہ احساس جرم نفس لوامہ کی وجہ سے نہیں بلکہ ایک موروثی اثر کی وجہ سے ہے۔ اپنی ایک کتاب میں وہ لکھتا ہے کہ انسان اپنے آغاز کے دور میں ریوڑ کی شکل میں رہا کرتے تھے۔ باپ اسی ریوڑ کا جابر نگہباں تھا تمام عورتوں کو اپنے قبضے میں کر رکھا تھا۔ اس کے اپنے لڑکے چوں کہ اس کے لیے خطرہ تھے اس لیے یا تو انھیں قتل کر دیتا تھا یا بھگا دیتا تھا۔ ایک دن اس کے بیٹے جمع ہوئے اور اس باپ کو جو ان کا دشمن بھی تھا اسے قتل کر دیا اس عمل کی وجہ سے اس کے لڑکوں میں ''احساس جرم'' نے جنم لیا اور پھر یہ احساس جرم ان کے بچوں میں موروثی طور پر منتقل ہوتا چلا گیا۔

ایک جھوٹ کو چھپانے کے لیے سو جھوٹ بولنے پڑتے ہیں۔ فرائڈ پر یہ مقولہ صادق آتا ہے۔ اس پر تفصیلی تنقید کے یہ صفحات متحمل نہیں۔ مگر اتنی بات تو سمجھ میں آتی ہے کہ اگر قتل نے احساس جرم میں مبتلا کیا تو اس کی وجہ یہی ہے کہ بچوں نے وہ کام کیا جو انھیں نہیں کرنا تھا۔ اس پر ان کے ضمیر نے ملامت کی۔ اگر ضمیر نہ ہوتا تو ملامت کس بات پر؟ اگر ضمیر خدائی آواز ہے تو انسان کی ایجاد کس ضرورت کے تحت ہوئی؟ ملامت اور شرمندگی کہاں سے نمودار ہوئی؟
دوسری بات یہ کہ انسان ریوڑوں کی شکل میں رہتے تھے، یہ ایک تخیل تو ہو سکتا ہے مگر تاریخی ثبوت اس کے لیے موجود نہیں ہے۔ تیسری اہم بات یہ ہے کہ خوشی، غم، شرمندگی اور فخر وغیرہ انسان کے کسبی اوصاف ہیں نہ کہ موروثی۔ جدید علم الجنین (Genetics) نے اس نظریے

کورد کردیا ہے۔ اگر ایسا ہوتا تو ایک خوش حال باپ کا بیٹا ہمیشہ چین کی بانسری بجاتا۔ ایک غمگین باپ کی اولاد روتے بلبلاتے ہی زندگی بسر کرتی۔ مگر زندگی کا مشاہدہ اس کی صداقت پر دلائل فراہم کرنے سے قاصر ہے۔

فرائڈ کے نفس لوامہ کے سلسلے میں یہ خیالات اس کی خدا بیزاری اور خدا سے بغاوت کے نتیجے میں پیدا ہوئے ہیں۔ یقیناً اس نے علم میں دسترس حاصل کی مگر یہ علم ''علم غیر نافع'' ہے، جس سے نبی ﷺ نے پناہ مانگنے کی دعا سکھائی ہے:

اَللّٰھُمَّ اِنِّیۡ اَعُوۡذُبِکَ مِنۡ عِلۡمٍ لاَ یَنۡفَعُ۔

''اے اللہ! میں تیری پناہ مانگتا ہوں ایسے علم سے جو نفع نہ دے۔''

نفس لوامہ کی حساسیت

نفس لوامہ کا وجود تخلیق انسانی کے مرکب کا ایک جز لاینفک ہے۔ کوئی انسان بھی نفس لوامہ کی فعالیت، سرگرمی اور حساسیت سے خالی نہیں۔ سوال یہ ہے کہ کیا ہر انسان کے نفس لوامہ کی کیفیت یکساں ہے؟ کیا نفس لوامہ کی حساسیت کی تقسیم تمام انسانوں میں مساوی ہے؟ یا فرد فرد کے درمیان فرق ہے؟ کیا انسانی ضمیر ہمیشہ زندہ رہتا ہے؟ یا کبھی اس پر موت بھی طاری ہو جاتی ہے؟ ضمیر موجود ہے مگر اس کی آواز کبھی کیوں بہت دھیمی اور کبھی بہت تیز ہو جاتی ہے؟ اس معاملے میں فطرت اور تاریخ انسانی کیا شہادت پیش کرتی ہے؟ اِن سطور میں انھیں سوالات کا تفصیلی جواب پیش نظر ہے۔

جب جرمن فلسفی ایمانیول کینٹ نے کہا تھا کہ تاروں بھرا آسمان اور زندہ ضمیر خدا کی دو عظیم تخلیق ہیں، تو اس کے جواب میں منکر خدا سگمنڈ فرائڈ نے کہا تھا کہ اگر خدا ہے تو تاروں بھرا آسمان تو اس نے خوب بنایا۔ مگر ضمیر بنایا تو ناقص بنایا۔ کیوں کہ ضمیر کی تقسیم انسانوں میں غیر مساوی ہوتی ہے۔ کسی کا ضمیر ردعمل میں تعجیل کرتا ہے تو کسی کا نفس لوامہ سست گام ہے۔ کسی کو ضمیر کا وافر حصہ نصیب ہوا ہے تو کسی کو ضمیر کی تقسیم میں خدا نے بخل سے کام لیا ہے۔

یہ صحیح ہے کہ ہر انسان کے نفس لوامہ کی کیفیت یکساں نہیں ہے۔ کسی کا ضمیر زیادہ سرگرم و فعال ہوتا ہے تو کسی کا ضمیر سرد مہری کا شکار ہوتا ہے۔ کوئی حساس نفس لوامہ اپنے سینے میں رکھتا ہے تو کسی کا نفس بے حسی کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ خدائی تخلیق کا نقص نہیں بلکہ کمال ہے۔ سب کا ضمیر متحرک ہو جائے اور غلط کام سے روک دے، تو پھر ضمیر تیزی سے کام کر کے سب کو سیدھی راہ پر

چلا دے گا۔ جو خدائی اسکیم کے منافی ہے۔ ضمیر کا کام ٹوکنا ضرور ہے مگر روکنا اس کا کام نہیں۔ ضمیر صرف ایک الارم ہے، گھنٹی بجانا اس کا کام ہے مگر سوتے انسان کو جگا کر اٹھا کر کھڑا کر دینا اس کا کام نہیں۔ ضمیر گاڑی میں موجود انڈیکیٹر ہے جو آگاہ کرے گا کہ انجن گرم ہو چکا ہے۔ اگر آپ پھر بھی گاڑی چلانا چاہتے ہوں تو انڈیکیٹر بریک دبا کر گاڑی کو رکوانے کا کام نہیں کرے گا۔ یہی وجہ ہے کہ لوگ مستقل برائی کرتے چلے جاتے ہیں۔ مشرک بتوں کے آگے سر جھکاتا ہے۔ چور چوری میں مشاق بن جاتا ہے۔ رشوت خور کروڑوں روپیوں کی ذخیرہ اندوزی کر لیتا ہے۔ سیاست داں جھوٹے وعدے کرتے ہیں۔ شراب، زنا وغیرہ کی لت پڑ جاتی ہے تو ان کی مستقل عادت بن جاتی ہے۔ ایسے لوگوں کا ضمیر مر نہیں جاتا، جیسا کہ عام طور پر کہا جاتا ہے۔ بلکہ انسان اپنے کرتوت سے اسی کی آواز کو دبا دیتا ہے۔ وہ وقتاً فوقتاً آگاہ کرتا رہتا ہے مگر انسان سنی ان سنی کرتا چلا جاتا ہے۔ مگر کبھی ایک وقت ایسا بھی آتا ہے کہ نفس لوامہ کی آواز کو وہ سن لیتا ہے اور اپنی زندگی کی دھارا بدل لیتا ہے۔

ضمیر خدا کا عطیہ ہے مگر اس کی زندگی، سرگرمی اور حساسیت یہ سب انسان کی اپنی کوشش کا نتیجہ ہیں۔ دوسرے الفاظ میں یوں کہا جا سکتا ہے کہ نفس لوامہ کا وجود وہبی ہے مگر اس کی حساسیت کسبی ہے۔ نفس امارہ اور نفس لوامہ کے درمیان ہر دن کشتی جاری رہتی ہے۔ جن کا نفس امارہ مضبوط اور قوی ہوتا ہے وہ نفس لوامہ کو پچھاڑ دیتا ہے یہی وہ وقت ہوتا ہے جب وہ ست گام ہوتا ہے یا سرد مہری کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ خدائی تخلیق کا نقص نہیں بلکہ انسان کے نفس امارہ کی زور آوری کا نتیجہ ہے اور جس نے نفس امارہ کو شتر بے مہار بنا کر چھوڑ رکھا ہے وہ مسئول ہے۔ اس کے برعکس وہ لوگ ہیں جنھوں نے اپنی زندگی کو فطرت پر باقی رکھا ہے۔ ان کا نفس لوامہ حساس و بیدار رہتا ہے۔ جو کرنا تھا اس کے نہ کرنے پر وہ شرمسار ہوتے ہیں۔ اس طرح جو نہ کرنا تھا اس کے کر گزرنے پر بھی وہ ملول ہوتے ہیں۔

نفس لوامہ کے دو کام

نفس لوامہ کے دو کام ہیں۔ انسان کسی برائی کا ارتکاب یا فحش اور شرم ناک فعل سے قبل خوف اور گھبراہٹ محسوس کرتا ہے تو نفس لوامہ کی حساسیت کی یہ واضح علامت ہے۔ مگر فعل کے

صدور ہونے کے بعد کبھی بھی کسی بھی مرحلے میں شرمساری، ندامت اور ملامت کے جذبات بھی اگر پیدا ہوں تو یہ نفس لوامہ کی حساسیت کا پچاس فیصد ہے۔ نفس لوامہ کے ان دو کاموں کو گوتم بدھ نے دو اجزاء قرار دیا ہے۔ مؤخر الذکر ملامت کا نام انھوں نے Hiri دیا ہے، جس کا مطلب ہے برائی کرنے پر احساس ملامت، ندامت اور شرمندگی جو عزت نفس کے سبب پیدا ہوتا ہے۔ جب کہ پہلے جز کا نام انھوں نے Ottappa دیا ہے، جس کا مطلب ہے برائی کرنے کا خوف۔ اور یہ دوسروں کے لیے عزت کے سبب پیدا ہوتا ہے۔ دونوں سے انسان اپنے اندرون میں کرب اور بے چینی کی کیفیت محسوس کرتا ہے۔ مثلاً اسقاط حمل (Abortion) اصل میں قتل اولاد ہے۔ جن کا ضمیر حساس ہو انھیں اس برائی سے تحفظ مل جائے گا۔ چوں کہ قاتل کا لقب عزت نفس کے خلاف ہے اور قتل کا عمل پیدا ہونے والے بچے کی عزت کے خلاف ہے۔

گوتم بدھ نے اپنے شاگردوں کو خطاب کر کے کہا کہ ”یہ دونوں دنیا کے محافظ ہیں۔ ان کے بغیر کسی عورت کی عصمت کبھی محفوظ نہیں ہو سکتی ہے۔ ورنہ یہ دنیا اخلاقی زوال کا شکار ہو کر ایک ایسی صورت حال پیدا ہو جائے گی جو صرف بکریوں، مرغیوں، سوروں، کتوں اور لومڑیوں کے لیے جینے کے لائق بن جائے گی۔“ اس جملہ کو نقل کرنے کے بعد ڈاکٹر شوارٹز، ماہر نفسیات نے لکھا ہے کہ کسی انسان سے ایک ایسی سلاخ کو پکڑنے کے لیے کہا جائے جس کے ایک کنارے پر نجاست لگی ہو، اور دوسرا کنارہ آگ میں تپا کر سرخ کر دیا گیا ہو۔ حساس شخص پہلا کنارہ نفرت کے سبب پکڑ نہیں سکے گا۔ دوسرا کنارہ اس خوف کی وجہ سے پکڑ نہ سکے گا کہ کہیں ہاتھ جل نہ جائے۔ پہلی مثال ”ہری“ کی ہے۔ تو دوسری مثال ”اوٹپا“ کی۔ ”فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ“ کی شاید ایک تعبیر یہ بھی ہے۔ ہدایت کا اتباع کرنے والے اپنے نفس لوامہ کو اتنا حساس ضرور رکھیں گے کہ وہ برائی کے ارتکاب اور ضلالت میں پڑ جانے کے سبب جو خوف کی کیفیت پیدا ہو جائے گی اس سے وہ محفوظ رہیں گے اور برائی کے ارتکاب پر حزن و ملال کی کیفیت جو پیدا ہوتی اس سے وہ دوچار نہ ہوں گے۔ نفس لوامہ کی حساسیت ہدایت کے اتباع میں ہے اور جو ہدایت کا اتباع کریں گے وہ جنت کے مستحق ہوں گے جہاں نہ خوف ہوگا اور نہ غم۔

نفس لوامہ کی حساسیت میں سب سے اعلیٰ مثالیں ہمارے سامنے انبیاء کی آتی ہیں۔ قرآن میں ان کے شعور وضمیر کی بیداری کے نمونے عام انسانوں کی اصلاح حال کی خاطر نقل کیے گئے ہیں۔ ان مقامات کی تفاسیر میں عصمت انبیاء کا وہ پہلو سامنے آتا ہے جو بڑا نازک ہے اور محتاط انداز بیاں کا متقاضی ہے۔ اس کے برعکس ہم ان واقعات سے ضمیر کی بیداری اور نفس لوامہ کی حساسیت کے اسباق کا استخراج کرنا چاہتے ہیں۔ ان واقعات کے تین اقسام ہیں: (۱) ان انبیاء کے واقعات ہیں جہاں ان کے نفوس لوامہ نے بڑی سرعت کے ساتھ بتا دیا کہ ''جو نہیں کرنا تھا وہ کر گئے۔'' (۲) دوسرے ان انبیاء کے واقعات ہیں جن کے نفوس لوامہ نے بھی بڑی تیزی کے ساتھ بتا دیا کہ ''جو کرنا تھا وہ نہیں کر سکے۔'' (۳) تیسرے وہ واقعات ہیں جہاں نفس لوامہ نے آن واحد میں بتا دیا کہ ''جو نہیں کرنا چاہیے وہ نہ کریں۔''

پہلی قسم میں حضرت آدم علیہ السلام کی مثال سبق اول ہے۔ اور دوسری میں حضرت یونس علیہ السلام کی مثال ہمارے سامنے ہے۔ اس طرح حضرت داؤد علیہ السلام اور حضرت سلیمان علیہ السلام کی مثالیں بھی دو مختلف اقسام سے متعلق رکھتی ہیں۔ آیئے قرآن سے ہم ان واقعات کا مطالعہ کریں۔

حضرت آدم علیہ السلام

''اور ہم نے حکم دیا اے آدم! تم اور تمھاری بیوی جنت میں رہو۔ پھر جس جگہ سے چاہو دونوں کھاؤ مگر اس درخت کے پاس مت جاؤ ورنہ تم دونوں ظالموں میں سے ہو جاؤ گے۔ پھر شیطان نے ان دونوں کے دلوں میں وسوسہ ڈالا تاکہ ان کی شرم گاہیں جو ایک دوسرے سے پوشیدہ تھیں دونوں کے روبرو بے پردہ کر دے اور کہنے لگا تمھارے رب نے تم دونوں کو اس درخت سے اور کسی سبب سے منع نہیں فرمایا مگر محض اس وجہ سے کہ تم دونوں کہیں فرشتے ہو جاؤ یا کہیں ہمیشہ زندہ رہنے والوں میں سے ہو جاؤ اور ان دونوں کے روبرو قسم کھالی کہ یقین جانیے میں تم دونوں کا خیر خواہ ہوں۔''

سو ان دونوں کو فریب سے نیچے لے آیا۔ بس ان دونوں نے جب درخت کو چکھا، دونوں کی شرم گاہیں ایک دوسرے کے روبرو بے پردہ ہو گئیں اور دونوں اپنے اوپر جنت کے پتے جوڑ جوڑ

کر رکھنے لگے اور ان کے رب نے ان کو پکارا کیا میں تم دونوں کو اس درخت سے منع نہ کر چکا تھا اور یہ نہ کہہ چکا تھا کہ شیطان تمھارا صریح دشمن ہے۔ دونوں نے کہا اے ہمارے رب ہم نے اپنا نقصان کیا اور اگر تو ہماری مغفرت نہ کرے گا اور ہم پر رحم نہ کرے گا تو واقعی ہم نقصان پانے والوں میں سے ہو جائیں گے۔'' (اعراف:۱۹-۲۲)

تفسیر احسن البیان کا حاشیہ ملاحظہ ہو:

''توبہ واستغفار کے یہ وہی کلمات ہیں، جو حضرت آدم علیہ السلام نے اللہ تبارک وتعالیٰ سے سیکھے، جیسا کہ سورۂ بقرہ آیت ۳۷ میں صراحت ہے۔ گویا شیطان نے اللہ کی نافرمانی کا ارتکاب کیا تو اس کے بعد وہ نہ صرف اس پر اڑ گیا بلکہ اس کے جواز واثبات میں عقلی وقیاسی دلائل دینے لگا۔ نتیجتاً وہ راندہ درگاہ اور ہمیشہ کے لیے ملعون قرار پایا اور حضرت آدمؑ نے اپنی غلطی پر ندامت وپشیمانی کا اظہار اور بارگاہ الٰہی میں توبہ واستغفار کا اہتمام کیا تو اللہ کی رحمت ومغفرت کے مستحق قرار پائے۔ یوں گویا دونوں راستوں کی نشان دہی ہو گئی۔ شیطانی راستے کی بھی اور اللہ والوں کے راستے کی بھی۔ گناہ کر کے اس پر اترانا، اصرار کرنا اور اس کو صحیح ثابت کرنے کے لیے دلائل کے انبار فراہم کرنا شیطان کا راستہ ہے۔ اور گناہ کے بعد احساس ندامت سے مغلوب ہو کر بارگاہ الٰہی میں جھک جانا اور توبہ واستغفار کا اہتمام کرنا بندگان الٰہی کا راستہ ہے۔''

یہ حضرت آدم علیہ السلام کے نفس کے حساسیت کی علامت ہے کہ ''جو نہیں کرنا تھا وہ کر گئے۔'' اس پر انھیں ندامت ہوئی اور توبہ واستغفار سے اپنی معصومیت کی طرف لوٹ آئے۔

حضرت یونس علیہ السلام

''اور بلاشبہ یونس نبیوں میں سے تھے۔ جب بھاگ کر پہنچے بھری کشتی پر، پھر قرعہ اندازی ہوئی تو یہ مغلوب ہو گئے تو پھر انھیں مچھلی نے نگل لیا اور وہ خود اپنے آپ کو ملامت کرنے لگ گئے۔ پس اگر یہ پاکی بیان کرنے والوں میں سے نہ ہوتے تو لوگوں کے اٹھائے جانے کے دن تک اس کے پیٹ میں ہی رہتے۔'' (الصّٰفّٰت:۱۳۹-۱۴۴)

حضرت یونس علیہ السلام عراق کے علاقے میں نبی بنا کر بھیجے گئے۔ یہ آشوریوں کا

پایہ تخت تھا۔ انھوں نے ایک لاکھ بنی اسرائیلیوں کو قیدی بنایا تھا۔ چناں چہ ان کی ہدایت و رہ نمائی کے لیے اللہ تعالیٰ نے ان کی طرف حضرت یونس علیہ السلام کو بھیجا۔ لیکن یہ قوم جب آپ پر ایمان نہ لائی تو اپنی قوم کو ڈرایا کہ عنقریب تم عذاب الٰہی کی گرفت میں آجاؤ گے۔ عذاب میں تاخیر ہوئی تو اللہ کی اجازت کے بغیر ہی اپنے طور پر وہاں سے نکل گئے اور سمندر پر جا کر ایک کشتی میں سوار ہو گئے۔ کشتی سواروں اور سامانوں سے بھری ہوئی تھی۔ سمندر کی موجوں میں گھر گئی اور کھڑی ہو گئی۔ اس کا وزن کم کرنے کے لیے کسی ایک آدمی کو کشتی سے سمندر میں پھینکنے کی تجویز سامنے آئی تا کہ کشتی میں سوار دیگر انسانوں کی جانیں بچ جائیں۔ لیکن یہ قربانی دینے کے لیے کوئی تیار نہ ہوا، اس لیے قرعہ اندازی کرنی پڑی۔ اس میں حضرت یونس علیہ السلام کا نام آیا اور وہ مغلوبین میں سے ہو گئے، یعنی طوعاً و کرہاً انھیں سمندر کی موجوں کے سپرد کرنا پڑا۔ ادھر اللہ تعالیٰ نے مچھلی کو حکم دیا کہ وہ انھیں ثابت نگل لے۔ یوں حضرت یونس علیہ السلام اللہ کے حکم سے مچھلی کے پیٹ میں چلے گئے۔ اسی طرح حضرت یونس علیہ السلام متعدد اندھیروں میں گھر گئے، رات کا اندھیرا، سمندر کا اندھیرا اور مچھلی کے پیٹ کا اندھیرا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے حضرت یونس علیہ السلام کی دعا قبول کی اور انھیں اندھیروں سے اور مچھلی کے پیٹ سے نجات دی۔ (تفسیر احسن البیان)

حضرت یونس علیہ السلام کا یہ واقعہ بتاتا ہے کہ ''جو کرنا تھا وہ نہیں کر سکے۔'' یعنی انھیں صبر کرنا تھا، اپنے مقام پر حکم الٰہی کے آنے تک انتظار کرنا تھا، مگر وہ غضب ناک ہو کر نکل پڑے۔ اس پر ان کے نفس لوامہ نے انھیں متنبہ کیا۔ وہ خود اپنے آپ کو ملامت کرنے لگے بالآخر جب وہ مچھلی کے پیٹ میں چلے گئے تو ان کے ضمیر کی آواز صرف یہ تھی: لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِيْنَ (الانبیا: ۸۷) ''نہیں ہے کوئی خدا مگر تو، پاک ہے تری ذات، بے شک میں نے قصور کیا۔''

حضرت یوسف علیہ السلام

''اس عورت نے جس کے گھر میں یوسف علیہ السلام تھے، یوسف علیہ السلام کو بہلانا پھسلانا شروع کیا کہ وہ اپنے نفس کی نگرانی چھوڑ دیں اور دروازہ بند کر کے کہنے لگی آجاؤ۔ یوسف علیہ السلام نے کہا اللہ کی پناہ! وہ میرا رب ہے، اس نے مجھے بہت اچھی طرح رکھا ہے۔ بے انصافی کرنے

والوں کا بھلا نہیں ہوتا، اس عورت نے یوسف علیہ السلام کی طرف قصد کیا اور یوسف علیہ السلام اس کا قصد کرتے اگر وہ اپنے پروردگار کی دلیل و برہان نہ دیکھتے۔ یونہی ہوا، اس واسطے کہ ہم اس سے برائی اور بے حیائی دور کر دیں۔ بے شک وہ ہمارے چنے ہوئے بندوں میں سے تھا۔''
(یوسف: ۲۳، ۲۴)

یہاں حضرت یوسف علیہ السلام کی زندگی کی مثال بتاتی ہے کہ کس طرح نفس لوامہ کی ٹوک کو انہوں نے فوراً سنا اور وہ کام نہیں کیا جو نہیں کرنا تھا۔

ہابیل قابیل کا واقعہ

''آدم علیہ السلام کے دونوں بیٹوں کا کھرا کھرا حال بھی انھیں سنا دو۔ ان دونوں نے ایک نذرانہ پیش کیا۔ ان میں ایک کی نذر قبول ہو گئی اور دوسرے کی قبول نہ ہوئی تو وہ کہنے لگا میں تجھے مار ہی ڈالوں گا۔ اس نے کہا اللہ تعالیٰ تقویٰ والوں ہی کا عمل قبول کرتا ہے۔ گو تو میرے قتل کے لیے دست درازی کرے۔ لیکن میں تیرے قتل کی طرف ہرگز اپنے ہاتھ نہ بڑھاؤں گا۔ میں تو اللہ تعالیٰ پروردگار عالم سے خوف کھاتا ہوں۔ میں تو چاہتا ہوں کہ تو میرا گناہ اور اپنے گناہ اپنے سر پر رکھ لے اور دوزخیوں میں شامل ہو جائے، ظالموں کا یہی بدلہ ہے۔ پس اسے اس کے نفس نے اپنے بھائی کے قتل پر آمادہ کر دیا اور اُس نے اسے قتل کر ڈالا، جس سے وہ نقصان پانے والوں میں سے ہو گیا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے ایک کوے کو بھیجا جو زمین کھود رہا تھا۔ تا کہ اسے دکھائے کہ وہ کس طرح اپنے بھائی کی نعش کو چھپائے۔ وہ کہنے لگا ہائے افسوس! کیا میں ایسا کرنے سے گیا گزرا ہو گیا کہ اس کوّے کی طرح اپنے بھائی کی لاش کو دفنا دیتا۔ پھر تو وہ بڑا ہی پشیماں اور شرمندہ ہو گیا۔''
(المائدہ: ۲۷-۳۱)

اپنے بھائی کے قتل کے بعد جب غضب ٹھنڈا ہوا تو اس وقت قابیل کو پشیمانی ہوئی اور اس کو نفس کی ملامت کا احساس بعد میں ہوا۔ معلوم ہوا کہ نفس لوامہ خاموش نہیں ہو جاتا بلکہ کسی موقع پر نفس امارہ کی گھمسان مَکّہ بازی کے وقت نفس لوامہ کی سرعت و فعالیت میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ پھر ذرا دم لینے کے بعد نفس امارہ کی کارکردگی کے خلاف وہ آواز اٹھاتا ہے۔ غنیمت ہے کہ آدمی اس وقت بھی کم از کم اس کو سن لے تو نجات کی راہ نکل سکتی ہے جیسا کہ مندرجہ ذیل واقعہ بتاتا ہے۔

۹۹ قتل کا واقعہ

نبی کریم ﷺ نے پچھلی امتوں کے واقعات میں سے کچھ واقعات بہ طور تمثیل سنائے ہیں۔ غالباً ان کی حیثیت مثالوں ہی کی ہے۔ کسی کو اعتراض ہو سکتا ہے کہ اسرائیلی روایات اور حکایات کا سہارا کیوں لیا جائے؟ معلوم ہونا چاہیے کہ انسانوں میں سب سقراط اور بقراط ہی پیدا نہیں ہوتے۔ عام انسانوں کے فہم کی اتنی بلندی نہیں ہوتی کہ وہ صرف فلسفہ اور اصولوں سے بات کو سمجھیں۔ اسی لیے تقریب فہم کے لیے قصے اور واقعات کا سہارا لینا قرآنی اسلوب ہے اور نبی کریم ﷺ نے بہ حیثیت معلم و ماہر نفسیات اس طریقہ کار کو اپنایا بھی ہے۔ آج کے جدید منیجمنٹ کے لکچرز میں واقعات سنانا مربیوں کا معمول ہے۔ واقعہ کی سند اور صحت دینی اور فقہی مسائل کے استنباط کے لیے تو ضروری ہیں مگر تعلیم و تربیت اور تذکیر و تزکیہ کے لیے واقعات و حکایت سے استفادہ نہ صرف کارگر و ضروری ہے بلکہ عوامی سطح پر نفوذ کے لیے ناگزیر بھی ہے۔

مسلم اور احمدؒ کی کتب احادیث میں یہ واقعہ منقول ہے کہ نبی ﷺ نے کسی زمانے کے ایک شخص کا واقعہ سنایا، جس نے ۹۹ قتل کیے تھے۔ مجرم کا ضمیر مرا نہیں تھا۔ بلکہ نفس لوامہ کی عدالت میں اس نے اپنے مجرم ہونے کا اقرار کر لیا تھا۔ اصلاح حال کی فکر لاحق ہوئی تو کسی بزرگ کے پاس گیا اور معلوم کیا کہ کیا اس کے جرم کی معافی ممکن ہے؟ ان بزرگ نے جب نفی میں جواب دیا تو اس نے ان کا بھی سر قلم کر کے ۱۰۰ کی گنتی مکمل کر لی۔ پھر کسی نے بتایا کہ فلاں بستی میں ایک عابد رہتا ہے، ان سے ملو۔ وہ ان عابد سے ملاقات کے لیے چلا۔ لیکن راستے ہی میں اُسے موت آ گئی۔ روح کو لینے کے لیے نیک روح کو لے جانے والے فرشتے اور بری روح کو لے جانے والے فرشتے دونوں آ کر موجود ہو گئے۔ اختلاف اس بات پر ہوا کہ کون اس کی روح کو لے جائے گا۔ آخر کار معاملہ اللہ تعالیٰ کے پاس گیا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ زمین کو ناپ لو کہ خیر کی طرف بڑھتے ہوئے کتنی مسافت اس نے طے کی۔ فرشتوں نے ناپ کر دیکھا تو ایک قدم خیر کے راستے میں وہ آگے بڑھ چکا تھا۔ لہٰذا نیک روحوں کو لے جانے والے فرشتوں کے حوالے اس کی روح کر دی گئی۔ نفس لوامہ کی حساسیت سے متعلق یہ واقعہ بتاتا ہے کہ اس فرد کی حساسیت نہایت

کم زور تھی اس لیے ننانوے قتل کا وہ مرتکب ہوا۔ لیکن نفس لوامہ جو انسان کا حقیقی خیر خواہ ہے، اس نے اپنی ایک آخری کوشش کر لی اور اس شخص کو خیر کی جانب آگے بڑھا دیا۔

ماعز بن مالکؓ کا واقعہ

بریدہؓ سے مروی ہے کہ ماعز بن مالکؓ نبی کریم ﷺ کی خدمت میں آئے اور کہا: ''اے اللہ کے رسول مجھے پاک کر دیجیے۔'' آپ ﷺ نے فرمایا: ''تیرا برا ہو لوٹ جا اور اللہ کے حضور توبہ و استغفار کر لے۔'' راوی کہتا ہے وہ تھوڑی دور تک واپس گئے، پھر لوٹ آئے اور آپ ﷺ سے پھر یہی کہا کہ ''اے اللہ کے رسول ﷺ مجھے پاک کر دیجیے۔'' نبی ﷺ نے پھر وہی جواب دیا۔ تین بار ایسا ہی ہوا۔ چوتھی بار رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''میں تجھے کس چیز سے پاک کر دوں؟'' وہ بولے زنا سے۔ رسول اللہ ﷺ نے لوگوں سے پوچھا: یہ شخص پاگل تو نہیں؟ آپ کو بتایا گیا کہ وہ پاگل نہیں ہے۔ آپ ﷺ نے دریافت فرمایا: کیا اس نے شراب پی رکھی ہے؟ ایک شخص نے اٹھ کر ماعز کے منہ کی بو سونگھی تو اسے شراب کی بو نہ ملی۔ آپ ﷺ نے پھر حضرت ماعزؓ سے پوچھا: کیا تم نے زنا کیا ہے؟ انھوں نے کہا: ''ہاں''۔ اس پر آپ نے حکم صادر فرما دیا اور ان کو سنگ سار کر دیا گیا۔

اس واقعہ کے دو تین دن گزرے ہوں گے کہ ایک دن رسول اللہ ﷺ تشریف لائے اور آپ ﷺ نے فرمایا: ''ماعز بن مالکؓ کے لیے مغفرت کی دعا کرو۔ اس نے ایسی توبہ کی ہے جو اگر ایک پوری قوم کے درمیان تقسیم کر دی جائے تو ان سب کے لیے کافی ہو۔''

ماعز بن مالکؓ کی طرح غامدیہ قبیلہ کی ایک عورت کا اسی طرح کا واقعہ ہمارے سامنے ہے۔ ان میں سے کسی کے بارے میں یہ شبہ نہیں کیا جا سکتا کہ وہ اس سخت سزا سے ناواقف رہا ہوگا، جو اس پر عائد ہونے والی تھی۔ یا اسے اس بات کا اندازہ نہ رہا ہوگا کہ اسے کتنے برے انجام سے دو چار ہونا پڑے گا۔ ان کو کسی نے جرم کرتے ہوئے نہیں دیکھا تھا کہ ان کا جرم ثابت کیا جا سکتا۔ اس کے باوجود ان دونوں نے رسول ﷺ سے بہت اصرار کیا۔ آپ ﷺ کی شفقت اور اسلام کی رحمت کا تقاضا ہوا کہ شبہ کی بنا پر ان کو سزا سے معاف رکھیں۔ لیکن ان دونوں نے بہت اصرار کیا۔ انھوں نے اپنے اوپر وہ سارے دروازے بند کر لیے، جن سے وہ بچ کر نکل سکتے تھے۔

آخر یہ سب کیوں؟ ان کا یہ کہنا کہ اللہ کے رسول مجھے پاک کر دیجیے ان کے اندر ایک ایسی محرک قوت کے وجود کی نشان دہی کرتا ہے، جو خود زندہ رہنے کی خواہش پر بھی غالب ہے۔ یہ قوت ضمیر کی بیداری اور شعور کا احساس ہوتا ہے۔ یہ اس گناہ سے پاک ہونے کی طلب ہے، جس سے اللہ کے سوا کوئی اور واقف نہیں۔ یہ اس بات سے آنے والی شرم ہے کہ کل کو اللہ کے حضور اس حال میں حاضر ہونا پڑے گا کہ ایک گناہ کیا تھا، جس سے اب تک پاک نہیں ہو سکے۔

(اسلام میں عدل اجتماعی از سید قطب شہیدؒ)

قرآن، حدیث اور انسانی تاریخ سے یہ چند مثالیں تھیں۔ ورنہ تفصیلی طور پر مزید واقعات کو نقل کرنا طوالت کا باعث ہوگا۔ ان واقعات سے یہ بات روز روشن کی طرح عیاں ہوتی ہے کہ ہر انسانی وجود کا نفس لوامہ جز لاینفک ہے جو انسان کا بہترین ساتھی اور خیر خواہ ہے۔ اس کی فعالیت، سرگرمی اور حساسیت کو باقی رکھنا انسان کا اپنا کام ہے۔ نفس امارہ کو اتنا قوی نہ ہونے دینا کہ وہ نفس لوامہ کو اٹھا کر پچھاڑ دے۔ ہر دن اندرون ذات کی یہ کش مکش ایسی ہے، جس سے فرار ممکن نہیں۔ مگر نفس لوامہ کی زندگی، عافیت اور سلامتی کی وجہ سے یہ کش مکش خوش گوار نتیجہ پیدا کر سکتی ہے۔

نفس لوامہ کی تقویت

اللہ تعالیٰ نے انسان کو دیکھنے، بولنے، سونگھنے، چکھنے اور احساس کی صلاحیتوں سے نوازا ہے۔ مگر ان کا تحفظ و بقا اور ان کی تقویت کے لیے انسان کو کوشش کرنی پڑتی ہے۔ مثلاً آنکھ کی بینائی کا تحفظ یہ ہے کہ تیز روشنی میں کام کرتے ہوئے کالے چشمے سے آنکھوں کو محفوظ رکھنا پڑے گا۔ مستقل رات کی ڈرائیونگ بینائی کو کم زور کر دے گی، اس سے بچنا اُس کا تحفظ ہوا۔ اسی کی تقویت کے لیے Vitamin A Corotine ایک وٹامن ہے، جو گاجر اور ساگ میں زیادہ مقدار میں پایا جاتا ہے، ان کا کثرت سے استعمال آنکھوں کی تقویت کے لیے ضروری ہے۔

اسی طرح زبان کے ذائقے کی مثال ہے۔ کچھ ایسے پروفیشن بھی ہیں، جن میں زبان کی حساسیت کو باقی رکھنا بے حد ضروری ہوتا ہے۔ مثلاً Tea Tasters (چائے کے ذائقین) یا Tobacco-Tasters (تمباکو کے ذائقین) اس طرح کے حساس ذائقہ رکھنے والے چائے کی کمپنیوں میں کام کرتے ہیں۔ وہ مختلف قسم کی چائے کی پتیوں سے بنی ہوئی چائے ایک ایک سپ لے کر ان پتیوں کے درمیان تمیز کرتے ہیں اور درجہ بندی کرتے ہیں۔ بیڑی فیکٹری میں، میں نے خود بعض ماہرین کو دیکھا ہے، جو بیک وقت سامنے رکھی ہوئی دس دس بیڑیوں کا کش لے کر بتاتے ہیں کہ کس میں تمباکو کی کون سی کوالٹی ہے؟ یہ لوگ اپنی زبان کا تحفظ شعوری طور پر کرتے ہیں۔ نمک مرچ گرم مسالہ وغیرہ کے استعمال سے ان کی یہ خوبی جاتی رہتی ہے۔ بالکل اسی طرح نفس لوامہ کی حساسیت ہیجان خیز ماحول میں متاثر ہوتی رہتی ہے۔ نفس لوامہ کی حساسیت کے تحفظ و بقا کے لیے ضروری ہے کہ انسان بعض لوازمات کی پابندی کرے۔ مزید اس کی تقویت کے لیے کچھ اعمال، مشاغل اور تراکیب ہیں۔ سونگھنے اور چکھنے کی صلاحیتوں کی طرح ملامت کرنے والے ضمیر کا تحفظ و بقا اور تقویت و ترقی انسان کی کوششوں پر منحصر ہے۔

۱۔نفس لوامہ کی سنیے

پیروں کا کام ہے چلنا مگر زمانے کی ستم ظریفی یہ ہے کہ بائک اور کار کے استعمال سے جولوگ کم چلتے ہیں ان کے پیر کم زور ہو جاتے ہیں۔ چلنے کی صلاحیت میں کم زوری واقع ہو جاتی ہے۔ دنگے فسادات یا معمولی وقت میں بھاگ کر بس پکڑنا ان کے لیے محال ہو جاتا ہے۔ یہ اس لیے کہ پیر کا کام چلنا ہے یہ کام اس سے جتنا زیادہ لیں گے اتنا وہ کم زور نہیں بلکہ مضبوط ہوگا۔ اس طرح نفس لوامہ کا کام یہ ہے کہ وہ ہماری نیتوں، ارادوں، خواہشوں اور اعمال پر نگاہ رکھے اور اپنی رائے دیتا رہے۔ چوں کہ وہ ہمارا Impartial Spectator (غیر جانب دار ناظر) ہے۔ ہم جو کچھ کرتے ہیں، اس پر نفس لوامہ نگاہ رکھتا ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ ہم اور نفس لوامہ میں تھوڑا سا فرق ہے۔ اس لیے نفس لوامہ ''ہم'' پر نگاہ رکھتا ہے۔ آنکھ اپنے آپ کو دیکھ نہیں سکتی۔ اسی طرح ہم اپنے آپ کو نہیں دیکھ سکتے۔ البتہ ہمارا Innocent bystander (معصوم ساتھی) ہمارے ساتھ رہتا ہے اور غیر جانب دارانہ طور پر ہمیں متنبہ کرتا رہتا ہے۔

ذہن میں خیالات کا ہجوم ہوتا ہے پھر وہ خیالات رفتہ رفتہ خواہشوں میں بدل جاتے ہیں۔ ذہن پر کنٹرول خواہشوں پر کنٹرول کے مترادف ہے۔ خیالات آوارہ گردی کرتے ہوئے ایک ٹرین حادثے کی طرح ہوتے ہیں، جب کہ ڈبے ایک دوسرے پر بے ترتیب اور ہنگامہ خیز انداز میں چڑھ جاتے ہیں۔ ڈیوڈ ہیوم نے بتایا ہے کہ خیالات پیدا ہونے کے تین اصول ہوتے ہیں:

(۱) مشابہت: جب ایک چیز کا ذکر آیا تو اس سے قریبی چیز ذہن میں آ گئی۔ کسی کی تصویر دیکھی تو رخ زیبا سامنے آ گیا۔

(۲) قربت: کسی شہر کے قریب سے گزرے تو فلاں کی یاد ستانے لگی۔

(۳) وجہ اور اثر: کسی کے بھائی کی یاد آئی تو بہن بھی یاد آئی اس لیے کہ دونوں ایک والدین کی اولاد ہیں۔ فرائڈ کے مطابق حمیت، نفرت، خواہش اور دوری کے بھی خیالات کے پیدا ہونے میں گہرے اثرات پائے جاتے ہیں۔

بہ ہر حال خیالات جیسے بھی پیدا ہوتے ہوں۔ انسان عموماً خیالات کی وادیوں میں بھٹکتا پھرتا ہے۔ کبھی یہ وجدان، تصورات اور تدبیر کی شکل بھی اختیار کرتے ہیں۔ یہ اس کا مثبت پہلو ہے۔ ورنہ خیالات کی وادیوں میں آوارہ گردی کرنے والے ذہن کو روک کر، کارزار حیات کی

طرف لوٹانے کا بھی کام نفس لوامہ کے ذمہ ہے۔ جدید اصطلاح میں اس کو Brain Watching، Brain spotting یا Mind mapping کہا جاتا ہے۔ ان تمام کا مفہوم ایک ہی ہے اور وہ ہے ذہن پر نگاہ رکھنا۔ خیالات اور خواہشوں پر کنٹرول اسی وقت ممکن ہے، جب اس کی صحرا گردی سے واقفیت ہو۔ نفس لوامہ بتاتا ہے کہ یہ تمھارا اس طرح خیالات کی دنیا میں گھومنا غلط ہے اگر تم یہاں نہ رکے تو پھر عمل کی دنیا میں رکنا زیادہ ہی دشوار گزار ہو جائے گا۔ بھنور میں پھنسی کشتی کا یہ ملاح ثابت ہوتا ہے، جس کی آواز پر کان دھرنے سے کشتی نیکیوں اور بھلائیوں کے ساحل پر لنگر انداز ہو سکتی ہے۔ ورنہ نفس امارہ تو بیچ بھنور میں ڈبا کر ہی دم لیتا ہے۔ اس ملاح کو زندہ رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ ہم اس کی سنیں۔ دوسرے الفاظ میں نفس لوامہ وہ ریڈر (Radar) ہے جو صحیح اور غلط دونوں کو سگنل کے ذریعہ بتا دیتا ہے۔

ہماری شخصیت کے دو حصے ہیں۔ ایک فاعل دوسرا ناظر، ایک جج دوسرا وہ جس کے بارے میں فیصلہ سنایا جاتا ہے۔ یہ فعل ونظر، یہ فیصلہ وعمل ہر آن واقع ہوتا ہے۔ فاعل اور عامل شخصیت کو چاہیے کہ وہ ناظر اور جج کے فیصلے سنتا رہے اور نظر انداز نہ کرے۔ یہ رویہ اس کی حساسیت کو باقی رکھ سکے گا۔

۲-معاونین سے مدد لیجیے

شوریٰ کے اجلاس کا ہمارا یہ مشاہدہ ہے کہ ایک معقول بات بھی جب صرف ایک طرف سے آتی ہے تو نظر انداز ہو جانے یا سنی ان سنی کر دینے کا امکان بہ ہر حال ہوتا ہے۔ لیکن جب وہی بات دو تین جانب سے اٹھے تو اب صرف نظر کرنا ناممکن ہو جاتا ہے، بلکہ اس بات پر دھیان دینا ضروری ہو جاتا ہے۔ جب چہار جانب سے بات آنے لگے تو پھر اس رائے میں وزن پیدا ہو جاتا ہے۔ کچھ ایسا ہی معاملہ نفس لوامہ کا ہے۔ وہ اکیلا آواز اٹھاتا رہتا ہے، جب بیرون سے بھی اسے مدد ملتی ہے تو وہ قوی ہو جاتا ہے۔ نفس کی تقویت کے لیے ضروری ہے کہ ہم بیرونی معاونین کی مدد لیں۔ امام غزالیؒ نے چار طریقوں کا ذکر کیا ہے۔ ہم انھیں طریقوں کو اپنی زبان میں عرض کرتے ہیں۔

(الف) مرشد کامل کے حوالے کیجیے

انسان اپنے عیوب، کم زوریوں اور نفس پرستیوں سے ناواقف ہوتا ہے۔ جب کہ دوسروں کے عیوب سے وہ خوب واقف ہوتا ہے۔ یہ ایک قسم کی جاہلیت ہے۔ نفس لوامہ جن باتوں پر اندر سے متنبہ اور ملامت کرتا ہے۔ وہی کام ایک مرشد کامل باہر سے کرتا ہے۔ پیر ومرشد کی یہ اصطلاح امام غزالیؒ نے سات سو سال قبل کے تناظر میں استعمال کی تھی۔ آج ان الفاظ نے

جو مفہوم اختیار کرلیا اس کی روشنی میں ہوسکتا ہے کسی کو اعتراض ہو۔ آپ چاہیں تو مرشد کامل کی بہ جائے صدر مقامی، امیر مقامی، بزرگ، مولانا وغیرہ کے الفاظ استعمال کرلیں۔ بہر حال اس بات سے کوئی بھی عقل مند آدمی انکار نہیں کرسکتا کہ نفس کے تزکیہ میں خامیوں کو دور کرنے میں، خرابیوں کے ازالہ میں، خوبیوں کے پروان چڑھانے میں، صلاحیتوں کے نکھارنے میں، جادہ مستقیم پر لانے اور چلانے میں ایک استاد یا شفیق مربی بڑا اہم کردار ادا کرتا ہے۔ شاگرد کی اخلاقی صورت حال کے پیش نظر اپنی وقت نظر سے استاد اصلاحِ احوال کے لیے جو بات کہتا ہے، نفس لوامہ اندر سے کہتا ہے کہ یہی تو وہ بات ہے جو مدتوں سے میں تمھیں سنا رہا ہوں۔

نبی کریم ﷺ نے جب اسلام کی صدا بلند کی تو نفوس قدسیہ نے فوراً لبیک اسی وجہ سے کہا کہ وہی بات ان کے اندرون کی بھی صدا تھی۔ اسید بن حضیر بن عبدالاشہل کو جب معلوم ہوا کہ مکہ سے کوئی نوجوان آیا ہے، جو ایک نئے دین کی تبلیغ کر رہا ہے تو وہ ان کے دوست سعد بن معاذؓ کے ایما پر اس باغ میں گئے جہاں مصعب بن عمیر رضی اللہ عنہ تشریف فرما تھے۔ اُسید نے کہا کہ خیر چاہتے ہو تو فوراً یہاں سے چلتے بنو۔ ورنہ... حضرت مصعب بن عمیرؓ نے پیار بھرے لہجہ میں کہا کہ بھائی صاحب میری کچھ باتیں آپ سنیے اچھا لگے تو قبول کریں ورنہ رد کردیں۔ ان کا انداز اتنا شیریں تھا کہ اسید وہیں تلوار زمین پر ٹیک کر بیٹھ گئے۔ حضرت مصعبؓ نے اسلام کی تعلیمات پیش کیں۔ جیسے جیسے اسید سنتے گئے ان کے دل کی دنیا بدلتی گئی۔ ان کو احساس ہوگیا کہ یہ تو وہی باتیں ہیں جو ان کے اندرون کا ناصح کہتا رہتا ہے۔ جب اندر کی آواز کو باہر کی آواز سے تعاون ملا تو فوراً وہ کلمہ شہادت پڑھ کر دائرہ اسلام میں داخل ہوگئے۔

(ب) دوست صادق بنایئے

اپنے حلقوں میں بھی ہم یہ دیکھتے ہیں کہ کسی کے اندر کوئی بری بات ہو تو ہم اسے وہ بات بتاتے ہوئے کتراتے ہیں۔ ہمیں یہ خوف ہوتا ہے کہ فلاں بات ہم اسے بتائیں گے تو ہماری دوستی میں فرق آجائے گا۔ یا ہمارا مقام ومرتبہ دوست کے دل میں کم ہوجائے گا۔ لہٰذا ہم خاموشی اختیار کرلیتے ہیں۔ ایسا کرکے ہم اپنے دوست کے ساتھ خیر خواہی نہیں بلکہ بدخواہی کرتے ہیں۔ نفس لوامہ جیسا خیر خواہ ہے، اسی طرح ایک دوست کو اپنے دوسرے کے حق میں خیر خواہ ہونا چاہیے۔ سلیقے کے ساتھ کسی کا عیب اور کم زوری بتانا ایک سچے دوست کی علامت ہے۔ حضرت عمرؓ فرماتے تھے کہ ''خدا اس شخص پر اپنی رحمتیں نازل کرے، جو میرے عیوب میرے سامنے تحفۃً پیش کرے۔'' گویا کم زوریوں اور عیوب سے واقف کرانے کو وہ اپنے حق میں بہترین گفٹ سمجھتے

تھے۔ حضرت حذیفہؓ نے اہل مدین کو نبی ﷺ کی اس وقت کچھ باتیں بتائیں، جس وقت آپ ﷺ غصے میں تھے۔ اس پر حضرت سلمان فارسیؓ نے آپ کو ٹوکا اور کہا کہ کیا نبی ﷺ نے ہم سے یہ نہیں کہا تھا کہ اس طرح کی باتیں لوگوں کو نہ بتائیں، کیوں کہ آپ وقتی طور پر کسی سے قربت کے سبب کسی کی اصلاح کے لیے ایسا فرماتے تھے۔ تم جب یہ باتیں عرض کروگے تو صحابی رسول کے بارے میں لوگ غلط اندازہ لگالیں گے۔ اسی طرح حذیفہ بن الیمانؓ جو صاحب سر اور محرمِ راز تھے۔ نبی ﷺ نے انھیں منافقین کی فہرست بتائی تھی۔ حضرت عمرؓ اپنے دور خلافت میں ان سے پوچھتے تھے کہ حذیفہ اللہ کے رسول ﷺ نے منافقین کے جو نام تمھیں بتائے ہیں، کہیں ان میں میرا نام تو نہیں تھا۔

(ج) دشمنوں سے اپنے عیوب معلوم کیجیے

بسا اوقات ہمارے دشمن ہم پر الزامات کی بوچھار کردیتے ہیں۔ انا اور ضد کی وجہ سے ترکی بہ ترکی یا تو ہم جواب دے دیتے ہیں یا اپنی غلطیوں کی ہم تاویل کرنے لگ جاتے ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ ان کی کچھ باتیں غلط ہوں یا انھوں نے اُن کو بتانے میں مبالغے سے کام لیا ہو اور ان باتوں کو تسلیم کرنا ہوسکتا ہے ہمارے لیے باعث عار ہو، مگر تنہائی میں ٹھنڈے دل سے غور کریں تو معلوم ہوتا ہے کہ ہمارا نفس لوامہ بھی اس کی تصدیق کرتا ہے۔ مثلاً کوئی ہم سے یہ کہہ دے کہ ہم غصہ کرتے ہیں تو ہم تسلیم کرنے کے لیے تیار نہیں ہوتے۔ بلکہ اس کا انکار اسی زور اور شدت سے کرتے ہیں۔ گویا جو الزام ہم پر لگایا گیا ہے، ہم عمل سے فوراً وہ بات ثابت کردیتے ہیں۔ اس لیے ضمیر کی آواز کی معاونت بھی ہمارے نکتہ چین حضرات بھی کرتے ہیں۔ ہمیں ان کا شکر گزار ہونا چاہیے کہ ضمیر کی نحیف آواز کو انھوں نے تقویت بخشی۔

(د) دوسروں کی برائی سے سبق لیں

کوئی جھوٹ بولتا ہے، ظلم کرتا ہے اور بد دیانتی کرتا ہے تو ہمیں برا لگتا ہے۔ جب کوئی گندی باتیں کرتا ہے اور فحش لطیفے سناتا ہے تو ہمیں گھن آتی ہے۔ جب کوئی محبت کی شادی کرتا ہے یا جہیز طلب کرتا ہے تو ہمیں نفرت ہوتی ہے۔ جب کسی کے بارے میں پتا چلتا ہے کہ اس نے ہماری غیبت کی ہے، تو ہمارا خون کھول جاتا ہے۔ کوئی کارکن جب ہماری اطاعت نہیں کرتا تو ہم قرآن وحدیث کا حوالہ دیتے ہیں اور نظم کے ڈنڈے سے اُسے ہانکنے کی کوشش کرتے ہیں۔ یہ تمام مواقع ہماری اصلاح کا پیغام ساتھ لاتے ہیں۔ جھوٹ، ظلم اور بد دیانتی ہمیں دوسروں کی بری

لگتی ہے، تو فوراً اپنے نفس کا جائزہ لے کر ہمیں دیکھنا چاہیے کہ کہیں ہم بھی اسی طرح کے کسی معاملے میں ان برائیوں کے شکار تو نہیں ہیں۔ گندگی اور فحش کام ہو جائے تو اس پر افسوس کرتے ہوئے یہ بھی جائزہ لے لینا چاہیے کہ اس دلدل میں ہماری ٹانگ کہاں تک پھنسی ہے۔ جہیز کی مخالفت میں تو ہماری تقریر کئی لوگوں نے پسند کی مگر جو ساز و سامان ہماری بیوی سمیٹ کر لائی ہے، اس کا کوئی اچھا سا نام بھی ہم دے دیتے ہیں اور اسلامی دلیل بھی پیش کر دیتے ہیں۔ ایسے وقت میں سبق لینے سے ضمیر کو تقویت ملتی ہے۔ حضرت داؤد علیہ السلام کا اسوہ کتنا عظیم ہے۔ قرآن نے مومنوں کی ہدایت کے لیے اسے نقل کیا ہے:

”بھلا آپ ﷺ کو ان اہل مقدمہ کی خبر بھی پہنچی ہے، جب کہ وہ لوگ داؤد علیہ السلام کے عبادت خانے کی دیوار پھاند کر داؤد علیہ السلام کے پاس آئے۔ تو وہ ان کے اس طرح آنے سے گھبرا گئے وہ لوگ کہنے لگے کہ آپ ڈریں نہیں۔ ہم دو اہل معاملہ ہیں کہ ایک نے دوسرے پر کچھ زیادتی کی ہے۔ سو آپ ہمیں انصاف سے فیصلہ کر دیجیے اور ہم کو معاملے کی سیدھی راہ بتا دیجیے۔ پھر ایک شخص بولا صورت مقدمہ یہ ہے کہ یہ شخص میرا بھائی ہے۔ اس کے پاس ننانوے دنبیاں ہیں اور میرے پاس صرف ایک دنبی ہے۔ سو وہ کہتا ہے کہ وہ بھی مجھ کو دے ڈال اور بات چیت میں مجھ کو دباتا ہے۔ داؤد علیہ السلام نے کہا کہ یہ جو تیری دنبی اپنی دنبیوں میں ملا لینے کی درخواست کرتا ہے، وہ واقعی ظلم کرتا ہے اور اکثر کی عادت ہے کہ ایک دوسرے پر یوں ہی زیادتیاں کرتے ہیں۔ مگر ہاں وہ لوگ جو ایمان رکھتے ہیں اور نیک کام کرتے ہیں اور ایسے لوگ بہت کم ہیں۔ داؤد علیہ السلام کو خیال آیا کہ ہم نے ان کا امتحان کیا ہے سو انھوں نے اپنے رب کے سامنے توبہ کی اور سجدے میں گر پڑے اور رجوع ہو گئے۔“ (ص:۲۱-۲۴)

ان آیات کے ضمن میں بعض تفاسیر میں ایک نبی کی شان کے خلاف رطب و یابس بھرا ہوا ہے۔ لیکن تدبر قرآن میں جو بات کہی گئی ہے، وہ مناسب ترین ہے۔ حضرت داؤدؑ کے پاس جو مقدمہ آیا اس میں ایک کم زور آدمی کی جائیداد ایک قوی اپنے زور پر لینا چاہتا ہے، یہ ایک ظلم اور برائی تھی۔ ورنہ حضرت داؤدؑ کے ضمیر نے بتایا کہ وہ بھی اس طرح کے کسی معاملے میں فریق بنے ہوئے ہیں۔ وہ فرماں روا تھے۔ خلق کے فائدے کے لیے بسا اوقات حکومت بعض زمینوں کو Acquire کرتی ہے۔ مثلاً سڑک یا پل وغیرہ بنانے کے لیے ہو سکتا ہے کہ حضرت داؤدؑ بھی کسی کے ساتھ اس طرح کے معاملہ سے دو چار رہے ہوں۔ اس میں نفسانیت کو کچھ دخل نہیں۔ بلکہ

جذبہ خیر کثیر نے شاید انھیں ایسا کرنے کی طرف مائل کیا ہو۔ مگر پھر بھی جیسے ہی مقدمہ کی شکل میں دوسروں کی ایک برائی سامنے آئی آپ علیہ السلام نے اپنے ضمیر کی آواز کو مستحکم کرنے کا موقع پایا اور فوراً سجدے میں گر پڑے۔ نفس لوامہ کی تقویت کا یہ بھی اہم ترین ذریعہ ہے اور ایک نبی کا روشن اسوہ ہماری رہ نمائی کرتا ہے۔

۳-تین اوقات میں نفس کو تلاش کرو

نبی ﷺ کی ایک حدیث میں ہے کہ اپنے نفس کو تین مواقع پر تلاش کرو (۱) تلاوت قرآن کے وقت (۲) ذکر و نصیحت کے وقت (۳) تنہائی میں۔ یہاں نفس سے مراد نفس لوامہ ہے۔ واقعہ یہ ہے کہ تلاوت قرآن نفس لوامہ کی تقویت کا بہترین اور اہم ترین ذریعہ ہے۔ قرآن اچھے اور برے کیریکٹر کا ذکر کرتا ہے۔ خدا کے محبوب اور مبغوض بندوں کا ان کے اوصاف کے ساتھ ذکر کرتا ہے۔ خدا کی نافرمانیوں کے انجام بد کی داستاں عبرت سے عار دلاتا ہے۔ جہنمیوں کا منظر کھینچتا ہے۔ اس طرح کے مقامات سے آدمی جب گزرتا ہے تو حساس آدمی محسوس کرنے لگتا ہے کہ کہیں اسی کا تو ذکر نہیں کیا گیا ہے۔ ع

ترے ضمیر پہ جب تک نہ ہو نزولِ کتاب
گرہ کشا ہے نہ رازی نہ صاحبِ کشاف

اسی طرح ذکر و نصیحت کی محفل یا دینی و تربیتی اجتماعات میں حاضری کے وقت ایسی باتیں ہمارے سامنے آتی ہیں کہ دل کے اندر رقت اور گداز پیدا کر دیتی ہیں، وہ نصیحتیں اور وہ پرسوز باتیں ہمارے ضمیر کو جگانے اور مضبوط کرنے میں کارگر ثابت ہوتی ہیں۔ پھر تنہائی کا ذکر آپ ﷺ نے کیا کہ تنہائی میں بالخصوص سوتے وقت، تہجد کے وقت یا سفر میں انسان اپنے آپ سے بات کرنے میں مصروف ہوتا ہے۔ اس وقت اس کا نفس امارہ اور نفس لوامہ آپس میں بات کرنے لگتے ہیں۔ اگر آدمی اس موقع کو غنیمت جانے اور ان باتوں پر کان دھرے تو اس وقت نفس لوامہ کی آواز وہ صاف اور واضح طور پر سن سکے گا جب اس کی بات سن لی جاتی ہے اور اس پر عمل ہوتا ہے تو وہ مضبوط اور جوان ہوتا ہے۔

۴-عبادت سے اثر لیجیے

عبادات پر آدمی غور کرے تو ان کی ہیئت اس طرح کی ہے، جس سے نفس امارہ کم زور پڑتا ہے اور نفس لوامہ مضبوط ہوتا ہے۔ تفصیل بیان کیے بغیر نماز، روزہ اور حج کا جائزہ لیں تو معلوم

ہوگا کہ یہ ضمیر کی تقویت کے لیے اثر آفریں ہیں۔ مثلاً نماز کو لیں۔ نماز پاکی وصفائی کا عادی بناتی ہے۔ خدا کے حضور لا کھڑا کرتی ہے۔ خدا کا استحضار پیدا کرتی ہے اور برائیوں سے روکتی ہے:

اِنَّ الصَّلٰوۃَ تَنْھٰی عَنِ الْفَحْشَآءِ وَالْمُنْکَرِ ط (العنکبوت:۴۵)

"بے شک نماز بے حیائیوں اور برائیوں سے روکتی ہے۔"

پھر روزے پر نگاہ ڈالیں تو نفس کی سرکشی کو ختم کرنے اور اسے زیر کرنے میں روزے سے بہتر عبادت اور کوئی نہیں۔ اس سلسلے میں مولانا مودودیؒ نے "اسلامی عبادات پر ایک تحقیقی نظر" میں تفصیل سے بحث کی ہے۔

حج کے سلسلے میں قرآن کی ایک بنیادی ہدایت یہ ہے:

"فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوْقَ لا وَلَا جِدَالَ فِی الْحَجِّ ط (البقرہ:۱۹۷)

"خبردار رہنا چاہیے کہ حج کے دوران میں اس سے کوئی شہوانی فعل، کوئی بدعملی اور کوئی لڑائی جھگڑے کی بات سرزد نہ ہو۔"

جنسی برائی، فسوق اور جھگڑے نفس امارہ کے شاخسانے ہیں۔ انھیں کنٹرول کرنے کے لیے حج ایک ٹریننگ کا موقع ہے۔ اپنے نفس پر نگاہ رکھنے کی مشق احرام سے شروع ہو جاتی ہے۔ حالت احرام میں خود اپنی بیوی سے شہوت کی بات کرنا، جانوروں کا شکار کرنا حتیٰ کہ جوں تک کا مارنا، بال نکالنا سب ممنوع امر ہیں۔ احرام پہننے کے ساتھ آدمی ان باتوں کے سلسلے میں زیادہ چوکنا ہو جاتا ہے۔ پلک وغیرہ کے بال کبھی تکلیف بھی دے رہے ہوں تو انھیں بھی نکالنے سے گریز کرتا ہے۔ اس طرح جب ذہن پر کنٹرول پیدا ہوتا ہے تو خواہشوں، جذبات، ہیجانات پر بھی کنٹرول نصیب ہوتا۔

غرض اسلامی عبادات نفس امارہ کو کم زور کرنے اور نفس لوامہ کو مضبوط کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔

نفس مطمئنہ

دنیا ایک امتحان گاہ ہے۔ سوال کے پرچے کچھ مختلف ہیں۔ البتہ جواب کی شیٹ سب کو یکساں دی گئی ہے۔ ویسے اب یہ طالب علم کا کام ہے کہ اس Answer Sheet کو گانے اور کہانی سے بھرے یا صحیح جوابات سے۔ امتحان گاہ میں کوئی ہرگز نہیں روکے گا۔ امتحان ہال سے باہر آتے وقت طالب علم کو خود معلوم ہو جاتا ہے کہ اس نے کیا کچھ لکھا ہے۔

کچھ اسی طرح اس دنیا میں لوگوں کو ایک روح اور نفس دے کر روانہ کیا گیا ہے۔ نفس ایک کورے کاغذ کے مانند ہے۔ اب یہ انسان کی اپنی ذمے داری ہے کہ اسے گناہوں، نافرمانیوں اور فسق و فجور کے ذریعے کالا کرے یا اطاعت رب کے ذریعے اپنی روح کو ملکوتی روح یا یوں کہیے کہ اپنے نفس کو نفس مطمئنہ بنائے۔ نبی کریم ﷺ کی حدیث ہے:

"آگاہ رہو تمھارے جسم میں گوشت کا ایک ایسا لوتھڑا ہے، جو درست ہو تو سارا جسم درست ہو جائے اور اگر اس میں بگاڑ آجائے تو سارے جسم میں بگاڑ آجائے۔ آگاہ رہو وہ دل ہے۔"

ہم اس سلسلے کی پوری گفتگو میں سگمنڈ فرائڈ کے خیالات کا جائزہ لیتے آرہے ہیں۔ کیوں کہ جدید مغرب کے ذہن سازوں میں وہ ایک اہم ترین فرد تھا۔ نفس اس کا اصل موضوع تھا۔ نفس انسانی کو اس نے بھی تین حصوں میں تقسیم کیا ہے۔ اوّل نفس امارہ ہے، جو ہر آن لذت کا خواہاں ہے اور مطالبات کی فہرست پیش کرتا رہتا ہے۔ اگر وہ آزاد ہوتا تو اپنے تمام بنیادی مطالبات فوری طور پر حاصل کرنے کی کوشش کرتا۔ جب کہ رسم، رواج، قوانین، زندگی کی حقیقتیں

اور کسی بھی قسم کے اخلاقیات نفس امارہ کی خواہشوں کی تکمیل میں مانع ہوتے ہیں۔ Super ego اپنے کام کے لحاظ سے ضمیر سے قریب ترین ہے۔ والدین سے حاصل شدہ موانع ہی اس کے پاس ہوتے ہیں۔ Ego فرائڈ کا نفس مطمئنہ ہے۔ مگر اسلامی تصور اور فرائڈ کے تصور میں ایک جوہری فرق ہے۔ فرائڈ کے نزدیک Ego حقیقت پسندی کے راستے سے نفس امارہ کا خادم ہے۔ Ego نفس امارہ کی لذت طلبی اور چٹخاروں کی تکمیل صرف حقیقت پسندی کے راستے سے پایۂ تکمیل کو پہنچاتا ہے۔ اس بات کو ملحوظ رکھتے ہوئے کہ انسانی سماج میں اس خواہش کو پورا کرنے کا ممکن ذریعہ کیا ہے؟ نفس امارہ کے مطالبوں اور سماج کی بندشوں کے درمیان ایک تناؤ کی کیفیت ہوتی ہے۔ Ego ممکنہ ذرائع سے جب نفس کی خواہشیں پوری کر دیتا ہے تو وہ خوش ہوتا ہے۔ اس طرح Ego نفس مطمئنہ ہے۔

انسان اپنے اندر بہیمی خصلتیں بھی رکھتا ہے اور ملکوتی اوصاف بھی۔ ہم نے نفس امارہ کے تحت لکھا ہے کہ انسان کی تخلیق دو بنیادی عناصر سے ہوئی ہے۔ ایک مٹی دوسرے روح۔ مٹی کی ضروریات مٹی ہی میں رکھ دی گئی ہیں۔ جب کہ روحانی ضروریات کا سامان وقتاً فوقتاً اللہ تعالیٰ وحی کے ذریعے آسمان سے کرتا رہا ہے۔ فرائڈ کے نزدیک انسان بہیمیت کی سطح پر اتر کر مطمئن ہوتا ہے۔ فرائڈ کا نفس مطمئنہ انسان کو حیوان کی سطح پر لاتا ہے۔ جب کہ اسلام کا نفس مطمئنہ انسان کو فرشتوں سے آگے لے جاتا ہے۔ مادی وحیوانی یا روحانی امور میں نفس کو نفس مطمئنہ کہنا چاہیے۔ اس سوال کا جواب حسب ذیل ہے۔

نفس مطمئنہ کس امر میں؟

(۱) انسان بعض امور میں نباتات وحیوانات سے مشترک ہے مگر بعض میں ممتاز ہے۔ درخت اور جانور کو غذا کی ضرورت ہوتی ہے اور قدرت نے اس کے حصول اور اخذ کے طریقے ان کے لیے متعین فرمائے ہیں۔ اس طرح انسان کو بھی بھوک پیاس لگتی ہے۔ اس کے لیے وہ غذا تلاش کرتا ہے۔ غذا جب میسر آ جائے اور کھا لے تو اسے سکون واطمینان نصیب ہو جاتا ہے۔ اس اطمینان کو نفس مطمئنہ نہیں کہا جاتا۔ اس لیے کہ یہ اطمینان وراحت دراصل تکلیف واذیت کے دور ہونے پر محسوس ہوتا ہے۔ (۲) پھر ایک اور پہلو سے دیکھیں کہ اطمینان مادی امور میں نہیں ہے۔ مادی ضرورتیں ہر ایک کی مختلف ہیں۔ ان کی تکمیل پر یک گونہ سکون اور اطمینان ضرور ملتا ہے۔ مگر

پھر فوراً ہی وہ اطمینان حرص وطمع میں بدل جاتا ہے اور انسان کو تکلیف دینا شروع کر دیتا ہے۔ (۳) اطمینان بقدر ضرورت ہوتا ہے۔ کسی غریب کو دو روٹی ملنے پر اطمینان ہے اور کسی امیر کو سیون اسٹار ہوٹل کے کھانوں سے مسرت ملتی ہے۔ خوب صورت موتیوں کا ہار کسی کتے کے سامنے پھینکیں تو وہ خوش نہیں ہوتا۔ اس کے برعکس ایک ہڈی پھینکنے پر وہ خوش ہو جاتا ہے۔ جب کہ انسان کے سامنے ہڈی پھینکیں تو ناراض ہوگا اور موتیوں کا ہار پھینکیں تو وہ خوش ہو جائے گا۔ جس چیز سے تکمیل ضرورت ہوگی اس سے وہ مطمئن ہو جائے گا۔ مثلاً کھانا کھانے کی حاجت تھی، ضرورت مند نے کھا لیا تو مزید کھانے کی حاجت باقی نہیں رہ جاتی۔ لہٰذا نفس کا اطمینان عارضی رہا۔ جب تک پیٹ بھرا ہے مزید کی حاجت نہیں ہوئی۔

پرسنالٹی ڈیولپمنٹ کی ایک کلاس میں ایک غیر مسلم نے ایک مثال سنائی، اس کے اجزاء میں الجھنے کی بہ جائے ہمیں اس سے سبق لینا چاہیے۔ ''کسی بستی کے کنارے ایک ندی تھی۔ اسی ندی میں بستی کے لوگ نہانے اور کپڑے دھونے کے لیے روزانہ جاتے تھے۔ بستی میں غربت زیادہ تھی۔ ایک دن صبح فرشتہ نمودار ہوا اور اس نے کہا کہ آج لوگ اپنے گھر سے ایک لوٹا پانی لائیں اور ندی میں جس چیز کی نیت کر کے انڈیلیں گے۔ شام تک وہ چیز انھیں مل جائے گی۔ مگر شرط یہ کہ اپنی نیت دوسروں کو نہ بتائیں۔ غرض لوگوں نے ایسا ہی کیا۔ کسی نے ایک جھونپڑی کی تمنا کی، کسی نے ایک گائے کا مطالبہ کیا۔ کسی کو ایک سائیکل کی ضرورت درپیش تھی، کوئی ایک کرتے پاجامے کا محتاج تھا۔ شام تک بے گھر کو جھونپڑی مل گئی، ذریعہ آمدنی کے لیے کسی کو ایک گائے مل گئی، پیدل کمپنی تک جانے والے کو ایک سائیکل نصیب ہوگئی۔ کسی کو کرتا پاجامہ میسر آ گیا۔ اس شام وہ خوش اور مطمئن تھے کہ ان کی مرادیں بر آئیں۔ مگر اگلی صبح ان کی خوشی غم میں بدل گئی۔ جب دیکھا کہ ان کا پڑوسی بے گھر تھا، اس کو اچھی حویلی مل گئی، فلاں قلاش کو دس گائیں ہاتھ آ گئیں، کمپنی کے ساتھ کام کرنے والے کو اسکوٹر مل گیا اور ایک ننگے کو سوٹ اور کوٹ دستیاب ہو گیا ہے۔ حسد کی آگ نے اطمینان کو جلا کر راکھ کر دیا۔ اگلے دن پھر فرشتہ نمودار ہوا اور حسد کی آگ میں جلنے والوں کو جو کچھ دیا وہ بھی واپس لے لیا۔ اب وہ کف افسوس ملتے رہ گئے۔'' اس سے پتا چلا کہ مادی امور میں اطمینان نہیں ہے۔

(۴) مادی امور میں جو اطمینان ملتا ہے وہ اسی وقت تک ہوتا ہے جب تک کہ وہ چیز ساتھ رہے۔ وہ چیز جب چھن جائے تو اطمینان کی بہ جائے تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔ تکلیف

اطمینان سے شدید تر ہوجاتی ہے۔ اس لیے کہ اطمینان عارضی تھا جب کہ تکلیف چھن جانے کی وجہ مستقل رہ جاتی ہے۔ اطمینان قطرہ کا تھا، تکلیف سمندر کی طرح مہیب ہوجاتی ہے۔ پھر اس قطرہ کے پانی پر کوئی اترائے کیوں؟

مندرجہ بالا بحث سے جو بات سامنے آئی وہ یہ کہ مادی امور کا اطمینان حقیقی معنوں میں اطمینان نہیں شمار کیا جائے گا۔ اس لیے کہ مادی امور کی فرحت و مسرت انسانی وجود کے اعلیٰ مقصد سے میل نہیں کھاتی۔ انسان کا امتیاز و شرف کھانے پینے، پہننے اوڑھنے میں نہیں ہے۔ امام رازی نے لکھا ہے کہ طاقت میں انسان سے شیر ذاتی طور پر آگے ہے۔ شہوت میں بھیڑیا انسان سے زیادہ دیرپا ہے۔ اس طرح دوڑنے میں ہرن تیز تر ہے۔ جلد کی مضبوطی میں گینڈا سخت تر ہے۔ حسن میں مور انسان سے خوب صورت ہے۔ معلوم ہوا کہ جو چیز انسان کا امتیاز و شرف نہ ہو اس کا حصول حقیقی کامیابی نہیں ہے لہٰذا ان کے حصول پر نفس مطمئنہ کہلانے کے لائق نہیں ہے۔ واقعہ یہ ہے کہ کھانے پینے، پہننے اوڑھنے اور ہمت کرنے وغیرہ سے انسانی سعادت و کمال کا حصول نہیں ہوتا۔ اگر ایسا ہوتا تو زیادہ کھانے پینے والے زیادہ باکمال اور سعادت مند انسان سمجھے جائیں گے۔ انسان کو بریانی کھا کر جو مسرت و خوشی ملتی ہے، ویسی خوشی کیڑے کو گوبر کھا کر ملتی ہے۔ تو پھر انسان و جانور میں فرق کس چیز کا؟ بلاشبہ انسان جانور سے بلند تر ہے۔ اس جگہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا قول اس امتیاز کو ظاہر کرتا ہے۔

"For what shall it profit a man if he shall join the whole world and lose his own soul."

انسانی وجود کا امتیاز یہ ہے کہ اندرون میں موجود ازلی اور فطری کش مکش جو بہیمی اور ملکوتی قوتوں کے درمیان ہوتی رہتی ہے، ان میں اپنی کوشش اور سعی کے ساتھ انسان اپنی روحانی ترقی کی طرف گام زن ہو، اس کے بعد نفس مطمئنہ کا لقب پاتا ہے۔

انسانی امتیازات کے سلسلے میں شاہ ولی اللہ محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ نے حجۃ اللہ البالغہ میں ذکر فرمایا ہے کہ انسان حیوانات سے دو صفات کی وجہ سے ممتاز ہوتا ہے۔ قوتِ عقلیہ کی کثرت اور قوتِ عملیہ کی برتری۔

"قوت عقلیہ اللہ نے حیوان کو بھی دی ہے۔ تمام جانور اپنا نفع و نقصان سمجھتے ہیں۔ بھینس چرتے چرتے کسی گھاس کو چھوڑ دیتی ہے اس لیے کہ وہ جانتی ہے کہ وہ گھاس اس کے

کھانے کی نہیں ہے۔ جب کہ انسان کو اللہ تعالیٰ نے قوت عقلیہ وافر مقدار میں بخشی ہے اور یہی اس کا امتیاز ہے۔ اسی طرح اللہ تعالیٰ نے انسان کو حیوانات سے کچھ زائد قوت عمل نہیں دی۔ ہاتھی، گھوڑے، بیل انسان سے زائد کام کرتے ہیں۔ بلکہ انسان کا امتیاز قوت عمل کی برتری اور فوقیت ہے۔ شاہ صاحبؒ نے قوتِ عملیہ کے دو پہلو بیان کیے ہیں۔

(۱) انسان اور جانوروں کے اعمال میں فرق یہ ہے کہ حیوانات اپنے کیے ہوئے اعمال کے اثرات کو قبول نہیں کرتے۔ نہ ان کے نفوس اعمال کی اسپرٹ سے رنگین ہوتے ہیں۔ جب کہ انسان اپنے کیے ہوئے اعمال کا عرق نچوڑ کر پی لیتا ہے۔ اس کا دل اس کے اعمال سے متاثر ہوتا ہے۔ اسی وجہ سے جانور ایک ہی غلطی بار بار کرتا ہے اور انسان ایک بار غلطی کرنے کے بعد سنبھل جاتا ہے۔ مثلاً بھینس بھڑک جاتی ہے اور اپنی جولانی میں کسی کو زخمی کر دیتی ہے۔ یا مار دیتی ہے تو اس کے دل میں کوئی اثر نہیں ہوتا۔ چناں چہ وہ یہی غلطی دوبارہ کر سکتی ہے اور کرتی بھی رہتی ہے۔ مگر انسان سے اگر یہ غلطی ہوجائے تو وہ پشیمان ہوتا ہے اور عہد کرتا ہے وہ آئندہ یہ غلطی نہیں کرے گا۔

یہی حال اعمال صالحہ کا ہے۔ جانور کو کسی بھی عملِ صالح سے خوشی نہیں ہوتی۔ کیوں کہ اس کے دل نے اس عمل کا اثر قبول نہیں کیا۔ ایک شیر نے ایک صحابی کو اپنی پیٹھ پر بٹھا کر قافلہ تک پہنچا دیا تھا۔ مگر وہ اس کارنامے کی اہمیت سے ناواقف تھا۔ اگر یہی کارنامہ کوئی انسان انجام دیتا تو پھولے نہ سماتا۔ بلکہ وہ کارنامہ اس کی سوانح کا جز بن جاتا۔

(۲) انسان اپنی قوت عملیہ سے جو عبادتیں اور ریاضتیں کرتا ہے، اللہ کی محبت اور اللہ پر اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے جب حیوانات کے اعمال سے اس قسم کے اثرات پیدا نہیں ہوتے۔ یہ انسان کی قوت عمل کی برتری ہے۔" (شرح حجۃ اللہ البالغۃ جلد اول)

نفس مطمئنہ: ملکوتیت سے مشابہ

جیسا کہ نفس امارہ کے تحت امام غزالیؒ کے حوالے سے لکھا جا چکا ہے کہ ہر انسان کے اندر ایک سور، ایک شیطان، ایک کتا اور ایک فرشتہ ہوتا ہے۔ ان قوتوں کے درمیان کش مکش ہوتی رہتی ہے۔ اسلام کا ہدف یہی ہے کہ تربیت کے ذریعہ انسان اپنی بہیمی قوتوں کو زیر کر لے اور ملکوتیت کو اپنے اوپر غالب کر لے۔ یہی وہ مقام جہاں پہنچ کر انسان دم توڑتا ہے، تو فرشتے آ کر پکارتے ہیں:

يَاَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ○ ارْجِعِيٓ اِلٰى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً○
فَادْخُلِيْ فِيْ عِبَادِيْ○ وَادْخُلِيْ جَنَّتِيْ○ (الفجر۸۹:۲۷-۳۰)

''اے اطمینان والی روح تو اپنے رب کی طرف لوٹ چل اس طرح کہ تو اس سے راضی وہ تجھ سے خوش۔ پس میرے خاص بندوں میں داخل ہو جا اور میر جنت میں چلی جا۔''

غور کریں تو پتا چلے گا کہ عبادتوں کے ذریعے کس طرح نفس کو نفس مطمئنہ میں بدلنے کا پروگرام اسلام نے ہمیں دیا ہے۔ مثلاً روزے کو لے لیں۔ انسان اپنے اندر کے سور، کتے اور شیطان کو پابہ زنجیر کردیتا ہے۔ جب روزے میں اپنی بیوی سے شہوت ممنوع قرار پایا تو سور کو کنٹرول میں لایا گیا۔ لڑائی جھگڑا ممنوع قرار پایا تو اپنے اندر کے کتے کو ہم نے زیر کرلیا۔ چھپ کر بھی کھانے پینے سے پرہیز کرنے سے شیطان کے داؤ پیچ ناکارہ ہو جاتے ہیں اور انسان یک گونہ فرشتے کی صورت اختیار کرلیتا ہے۔ چوں کہ فرشتے نہ کھاتے ہیں نہ بیوی رکھتے ہیں اور نہ شیطان کی طرح نافرمانی کرتے ہیں۔ تینوں بہیمی اوصاف سے وہ مبرا ہوتے ہیں۔ شدت و غضب ان کی سرشت میں ہے ہی نہیں۔ جب کہ انسان اپنی سعی و کوشش سے اپنی بہیمی قوتوں کو زیر کرتا ہے اور اپنے نفس کو ملکوتیت سے مشابہ بنا کر نفس کو نفس مطمئنہ خود سے بناتا ہے۔

اسی طرح حج کی مثال لیں۔ قرآن کہتا ہے:

فَمَنْ فَرَضَ فِيْهِنَّ الْحَجَّ فَلاَ رَفَثَ وَلاَ فُسُوْقَ وَلاَ جِدَالَ فِي الْحَجِّ (البقرہ:۱۹۷)

''حج کے مہینے معلوم و متعین ہیں۔ پس ان میں جو حج کرنا طے کرلے تو حج میں نہ تو جنسی باتیں ہوسکتی ہیں، نہ فسق و فجور اور نہ لڑائی جھگڑے کی کوئی بات۔''

آپ اگر اس آیت کے ٹکڑوں پر غور کریں گے تو پتا چلے گا کہ رفث سے ممانعت سور کو کنٹرول کرنا ہے۔ فسوق سے ممانعت شیطان کو زیر کرنا ہے، اس لیے کہ فسق عن امر ربہ ''اس نے اپنے رب کی نافرمانی کی'' اس کی پہچان حاجی کو ہوئی۔ اور جدال کی ممانعت اپنے اندر کے کتے کو پکڑ کر باندھنا ہوا۔ جب اندر کی ان بہیمی قوتوں کو انسان کنٹرول کرے گا تو باقی صرف ایک قوت اندر رہ جاتی ہے، وہ ملکوتی قوت ہے۔ حج میں انسان جتنے اعمال بجالاتا ہے اس سے اس کی ملکوتیت قوی و مضبوط ہوتی ہے۔

نفسِ مطمئنہ: چند عملی مظاہر

۱-آگ کا الاؤ

کارِ نبوت پھولوں کی سیج پر چلنا نہیں بلکہ آگ کے الاؤ سے گزرنا ہے۔ تمام انبیاء اس زہرہ گداز راہ سے گزرے۔ مگر ابراہیم خلیل اللہ اس میدان کے خصوصی شہسوار تھے۔ بندہ حنیف کو شرک و بت پرستی سے نفرت ہوتی ہے۔ لہٰذا آپ نے نعرہ حق بلند کیا۔ مگر پنڈتوں، پروہتوں اور عوام کے دل میں حمیت جاہلیہ اور عصبیت جمی ہوئی تھی۔ آپ کی آواز بہرے کانوں سنی گئی تب آپ نے طے کیا کہ دلیل سے نہ سمجھیں تو مشاہدے سے سمجھاؤں گا۔ لہٰذا ایک رات بُت خانے میں گھسے اور بتوں کو جوتیاں رسید کیں۔ منہدم مورتیوں کا رات کا منظر جذبات کو برانگیختہ کرنے کے لیے کافی تھا۔ بڑا بت اپنی بے بسی کا اعلان کررہا تھا۔ عقل و ہوش کی بہ جائے ابراہیم علیہ السلام نے حواس کو خطاب کیا مگر جاہل اندھے جوش میں آگئے۔ شکست خوردگی کے جذبات کی خجالت نے انھیں آخری قدم اٹھانے پر مجبور کردیا۔ پہلے تو وہ ردوکد کرنے لگے پھر کہنے لگے:

قَالُوْا حَرِّقُوْهُ وَانْصُرُوْٓا اٰلِهَتَكُمْ اِنْ كُنْتُمْ فٰعِلِيْنَ○ (انبیاء:۶۸)

''کہنے لگے کہ اسے جلا دو اور اپنے خداؤں کی مدد کرو، اگر تمھیں کچھ کرنا ہی ہے۔''

قَالُوا ابْنُوْا لَهٗ بُنْيَانًا فَاَلْقُوْهُ فِي الْجَحِيْمِ○ (الصّٰفّٰت:۹۷)

''انھوں نے آپس میں کہا کہ اس کے لیے ایک الاؤ تیار کرو اور اسے دہکتی ہوئی آگ کے ڈھیر میں پھینک دو۔''

ایسا ہی ہوا۔ تفسیر ابن کثیر میں ہے کہ سب نے لکڑیاں جمع کرنی شروع کر دیں۔ یہاں تک کہ بیمار عورتیں بھی نذر مانتی تھیں تو یہی کہ اگر انھیں شفا ہو جائے تو ابراہیمؑ کے جلانے کے لیے لکڑیاں لائیں گی۔ زمین میں ایک بہت بڑا اور بہت گہرا گڑھا کھود کر اسے لکڑیوں سے پُر کر دیا اور اسے آگ لگا دی۔ روئے زمین پر کبھی اتنی بڑی آگ دیکھی نہیں گئی۔ آگ کے شعلے آسمان سے باتیں کرنے لگے۔ تب ایک منجنیق تیار کی گئی اس میں بٹھا کر حضرت ابراہیمؑ کو آگ میں پھینک دیا گیا۔ ابراہیمؑ ذرا نہ گھبرائے۔ سکون واطمینان کو باقی رکھا۔ حَسْبِیَ اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ پڑھا۔ بہ ظاہر نمرود نے آپؑ کو آگ کے حوالے کیا۔ لیکن دراصل آپؑ نے اپنے آپ کو خدا کے حوالے کیا تھا، تو خدا کا حکم ہوا:

قُلْنَا یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰهِیْمَ ۝ (الانبیاء:۶۹)

''ہم نے فرمادیا اے آگ! تو ٹھنڈی پڑ جا اور ابراہیمؑ کے لیے سلامتی اور آرام کی چیز بن جا۔''

''مروی ہے کہ آپ اسی میں چالیس یا پچاس دن رہے۔ فرمایا کرتے تھے کہ مجھے اس زمانے میں جو راحت وسرور حاصل تھا، ویسا اس سے نکلنے کے بعد حاصل نہ ہوا۔ کیا ہی اچھا ہوتا کہ میری ساری زندگی اسی میں گزرتی۔'' (تفسیر ابن کثیر)

خدا کے آگے مکمل سپردگی اور حوالگی کے نتیجے میں جو اطمینان قلب ملتا ہے اس کی ایک تاریخی مثال حضرت ابراہیمؑ کی ہم نے پیش کی۔ آگ میں ڈالے جاتے وقت نہ آپؑ گھبرائے نہ پس وپیش یا واویلا کیا۔ نہ روئے چلائے بلکہ کامل حوالگی کا اعلیٰ ترین نمونہ پیش کیا۔ یہ تبھی ممکن ہے جب کسی کا نفس نفسِ مطمئنہ بن جائے۔

۲۔تلوار کی چھاؤں

قرآن نے ایک جگہ کہا:

قَدْ کَانَتْ لَکُمْ اُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِیْٓ اِبْرٰهِیْمَ وَالَّذِیْنَ مَعَهٗ (الممتحنہ:۴)

''تم لوگوں کے لیے ابراہیمؑ اور اس کے ساتھیوں میں اچھا نمونہ ہے۔''

اسی لیے پہلی مثال ہم نے حضرت ابراہیم علیہ السلام کی طمانیت نفس کی دی۔ قرآن نے دوسرے مقام پر کہا:

لَقَدْ کَانَ لَکُمْ فِیْ رَسُوْلِ اللّٰهِ اُسْوَةٌ حَسَنَةٌ (الاحزاب:۲۱)

''درحقیقت تم لوگوں کے لیے اللہ کے رسول ﷺ میں ایک بہترین نمونہ ہے۔''

اب دوسری مثال اطمینانِ قلب کی ملاحظہ ہو:

مکہ اپنی وسعتوں کے باوجود صحابہ کرام کے لیے تنگ ہو رہا ہے۔ دعوت اسلامی کو بیخ و بن سے اکھاڑ پھینکنے کی ہر سازش رچی گئی۔ آخر کار دار الندوہ میں قریش رسول ﷺ کے متعلق مشورہ کرنے کے لیے جمع ہو گئے۔ اس اجلاس میں شیطان بھی آموجود ہوا۔ مختلف تجاویز رد ہوئیں۔ آخر میں شیطان کے خاص چیلے ابوجہل نے رائے دی کہ ہر قبیلہ میں سے ایک ایک شریف النسب جوان مرد لے لیں۔ ان میں سے ہر ایک کے ہاتھ میں ایک ایک تلوار بھی دے دیں۔ یہ سب تلواروں سے اسی طرح ایک ساتھ ماریں۔ اس طرح اسے قتل کر دیں۔ پھر ہم اس سے چین پائیں گے۔ کیوں کہ اس طرح اس کا خون تمام قبیلوں میں بٹ جائے گا۔

ایسی صورت میں بنی عبد مناف قوم کے تمام افراد سے جنگ نہ کر سکیں گے۔ ہم سے خوں بہا لینے پر راضی ہو جائیں گے اور ہم انھیں خوں بہا دے دیں گے۔ شیطان نے بھی اسی رائے کی توثیق کی۔ شرکاء اجلاس نے اس قرارداد کو منظور کر لیا۔ اس منصوبے کی خبر حضرت جبرئیلؑ نے نبی ﷺ کو پہنچا دی۔ جنھوں نے اپنے کو نفس مطمئنہ کے مقام پر پہنچایا ہو وہ سخت ترین مصیبت کے وقت میں تعلق باللہ ورجوع الی اللہ کی وجہ سے اطمینان قلب کی عظیم دولت سے مالا مال ہوتے ہیں۔ نبی کریم ﷺ نہ ڈرے نہ گھبرائے بلکہ اپنے ہی گھر میں رہے۔ حضرت علیؓ کو لوگوں کی امانتوں کی نشان دہی کرا دی کہ کل فلاں فلاں کو فلاں فلاں چیزیں پہنچا دی جائیں۔ پھر حضرت علیؓ سے فرمایا: ''تم میرے بستر پر لیٹ جاؤ، میری یہ سبز چادر اوڑھ لو اور اس چادر میں سو جاؤ۔ ان کی طرف سے کوئی ناپسندیدہ چیز تم تک نہ پہنچ سکے گی۔''

اس کے بعد رات کا دو تہائی حصہ گزر جانے کے بعد گھر سے نکلے۔ دونوں جانب

قریش کے لونڈے تلوار سونتے کھڑے تھے۔ ان کے سروں پر خاک ڈالتے اور سورۂ یٰسٓ کی ابتدائی آیتیں پڑھتے ہوئے نکل گئے۔ اللہ تعالیٰ نے اُن نوجوانوں پر اونگھ طاری کر دی وہ آپ کو دیکھ نہ سکے۔ مگر آپ دیوار پھاند کر یا پیچھے کے دروازے سے نہیں بلکہ اپنے گھر کے سامنے کے دروازے سے نکلے۔

۳۔ تختۂ دار پر

مکہ میں ایک مال دار عورت سلافہ بنت سعد تھی۔ اس کے دو بیٹے جنگ بدر میں عاصم بن ثابتؓ کے ہاتھوں مارے گئے۔ اس نے مکہ میں اعلان کیا کہ جو عاصمؓ کا سر کاٹ کر لائے گا، اسے سو سرخ اونٹ انعام دوں گی اور یہ بھی قسم کھا رکھی تھی کہ عاصم کے کاسہ سر میں جب تک شراب نہ پیوں گی چین سے نہ بیٹھوں گی۔ ایک ناہنجار سفیان بن خالد اٹھا اور کچھ نوجوانوں کو مدینہ بھیجا۔ وہ نوجوان مدینے گئے اور ڈھونگ رچایا کہ ہمارا قبیلہ اسلام قبول کرنا چاہتا ہے۔ نبی ﷺ سے گزارش ہے کہ کچھ مبلغین بھیجیں اور عاصمؓ کو بھیجنے کی درخواست کی۔ نبی ﷺ نے عاصم کے ساتھ اور چھ لوگوں کا ایک وفد بھیجا۔ بیچ راستے میں بدعہدی کی اور تلواروں سے صحابہ کرام پر حملہ کیا۔ چار صحابہ راستہ ہی میں شہید ہو گئے۔ تین مکہ کے بازار میں لا کر فروخت کیے گئے۔ ان میں سے ایک حضرت خبیب بن عدیؓ تھے۔ جنگ بدر میں حضرت خبیبؓ کے ہاتھوں عامر بن نوفل قتل ہوا تھا اس لیے ان کے اعزہ نے انھیں خرید لیا۔ چوں کہ وہ ذی قعدہ کا مہینہ تھا اس لیے اشہر حرم گزرنے تک انھیں قتل نہیں کیا گیا بلکہ انھیں طوق و سلاسل میں جکڑ کر ایک کوٹھری میں محبوس کر دیا گیا۔ زینب بنت حارث ان کی نگرانی پر مامور تھی اس کا بیان ہے:

’’خدا کی قسم میں نے خبیب بن عدیؓ سے بہتر کوئی قیدی نہیں دیکھا۔ وہ رات کے پچھلے پہر ایسی پرسوز آواز میں قرآن پڑھا کرتے تھے کہ قریش کی عورتیں اسے سن کر بے اختیار رویا کرتی تھیں۔‘‘

جب حرمت کے مہینے گزر گئے تو کم بخت شیطانوں نے تنعیم کے مقام پر میلہ سجایا۔ (تنعیم وہ مقام ہے، جو حدود حرم سے باہر ہے، جہاں آج مسجد عائشہ موجود ہے۔ حاجی حضرات مکہ سے باہر اسی مقام پر احرام باندھ کر آتے ہیں) حضرت خبیبؓ کو پابجولاں وہاں لایا گیا۔ آپ

سے پوچھا گیا کہ کوئی آخری خواہش ہے؟ آپ نے کہا ’’دو رکعت نماز پڑھنے کی مہلت دو۔‘‘ نماز نہایت خشوع و خضوع کے ساتھ پڑھنے کے بعد سولی کا پھندا آپ کے گلے میں ڈال دیا گیا۔ عین اس وقت سرداران قریش نے پکار کر اور قسم دے کر پوچھا: کیا تمھیں یہ بات پسند ہے کہ محمد ﷺ تمھاری جگہ سولی پر ہوں اور تم اپنے گھر میں آرام سے بیٹھے رہو؟

حضرت خبیبؓ نے فرمایا:

’’خدا کی قسم مجھے تو یہ بھی گوارا نہیں کہ محمد ﷺ کے پائے اقدس میں کانٹا بھی چبھے اور میں اپنے گھر میں آرام سے بیٹھوں۔‘‘ پھر آپؓ نے کچھ اشعار پڑھے جس کا مطلب یہ ہے:

’’لوگ مجھ سے کہتے ہیں کہ اسلام چھوڑ دینے سے تیری جان بچ سکتی ہے، لیکن دین حق چھوڑنے سے مرجانا بہتر ہے۔

میری آنکھیں نم ناک ہیں لیکن میں صبر کروں گا اور دشمن کے سامنے نہ جھکوں گا۔ کیوں کہ میں وصل حق سے شادکام ہونے والا ہوں۔

موت کا مجھے ڈر نہیں ہے، ڈر ہے تو جہنم کی شعلہ بار خون چوسنے والی آگ کا‘‘

اس کے بعد ظالموں نے سولی کا رستا کھینچ دیا اور شقی القلب مشرکوں نے اس مرد وفا سرشت کے جسم پر نیزوں سے کچوکے لگانے شروع کر دیے۔

یہ داستانِ عزیمت بتاتی ہے کہ نفس مطمئنہ کے زمرے کے لوگ اپنی جانوں کو ہتھیلی پر لے کر چلتے ہیں۔ جس وقت بھی رب تعالیٰ کا بلاوا آ جائے۔ اپنی جان نذر کرنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ان سے کہتا ہے:

يٰٓاَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۝ ارْجِعِيْٓ اِلٰى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ۝ فَادْخُلِيْ فِيْ عِبٰدِيْ ۝ وَادْخُلِيْ جَنَّتِيْ ۝ (الفجر: ۲۷-۳۰)

’’اے نفسِ مطمئن چل اپنے رب کی طرف اس حال میں کہ تو اپنے انجام نیک سے خوش اور اپنے رب کے نزدیک پسندیدہ ہے۔ شامل ہو جا میرے نیک بندوں میں اور داخل ہو جا میری جنت میں۔‘‘

۴-عقل سے قلب کی طرف

ہمارے حلقے میں بعض نوجوانوں کی عادت ہوتی ہے کہ وہ بے مقصد گفتگو چھیڑتے ہیں۔کوئی نظامِ خلافت کی بات کرتا ہے،تو کوئی تحریک کو مشورہ دیتا ہے کہ ۲۳ سال میں وہ نظام قائم کر کے دکھائیں،کوئی جہاد کا پرزور وکیل ہے تو کوئی دعوت کے اسلوب پر عیسائی مشنریوں سے متاثر،کوئی اداروں کا مخالف تو کوئی علمی لٹریچر کی فراہمی پر دلائل میں دور کی کوڑیاں لاتا ہے۔یہ سب اپنے Intellectual ہونے کے اظہار کے لیے ہوتا ہے۔گویا وہ امید میں مایوسی کی کرن ہیں۔اسی طرح ایک لڑکا کچھ دنوں تک مجھ سے بھی بحث کرتا رہا اور علمی کشتی کے اکھاڑے میں اترنے کی مجھے دعوت دے رہا تھا۔ایک دن میں نے اس سے کہا کہ دوست تم واقعی ذہین ہو۔مگر تمھارے احوالِ زندگی مجھے بتا رہے ہیں کہ تمھارا قلب ویران ہے۔تمھارے دل کی دنیا اجڑی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔سچ سچ مجھے یہ بتاؤ کہ کیا تمھیں تمھاری سرگرمیوں پر اطمینان ہے۔طمانیت قلب کی ٹھنڈک کیا تم اپنے اندرون میں محسوس کرتے ہو؟اس نے اپنا وقار باقی رکھنے کے لیے صرف اتنا کہا Yes, Somties۔مگر بعد میں اس کے دوستوں نے مجھے بتایا کہ ہم اس کی طلب پوری نہیں کر رہے تھے۔حالاں کہ ہم اس سے عاجز نہیں تھے۔کبھی یہ ہمارا بھی میدان رہا ہے بہ ہر حال اس نے ان سوالات کو سنجیدگی سے لیا ہے۔اور اس عقل کی برتری سے قلب کی رقت کی طرف وہ مائل نظر آرہا ہے۔کوئی یہ سوال کر سکتا ہے کہ امین صاحب پر یہ سب احوال کب سے منکشف ہونے لگے؟ حالاں کہ کوئی چیز محسوسات کے دائرے کی نہیں بلکہ جیفری لینگ اور امام غزالیؒ کی داستان ہم نے پڑھ رکھی تھی۔خود ہمارا بھی تجربہ ہے کہ عقل وفکر کی پختگی سے زیادہ، انابت، حلم و رقیق القلبی نفس کو نفس مطمئن بناتے ہیں۔بہ طور دلیل امام غزالیؒ کی داستان یہاں نقل کرتا ہوں۔

''امام غزالیؒ نے اپنے عہد کی اعلیٰ ترین تعلیم حاصل کی تھی۔عقلیات اور فلسفہ ان کی زندگی کا اوڑھنا بچھونا تھا۔شب و روز یہی بحر ظلمات کی غواصی کرتے تھے۔لیکن بایں ہمہ یہ زندگی اپنے دامن میں اطمینان کا سامان نہیں رکھتی تھی۔عقلی بحثوں اور استدلالی معرکہ آرائیوں میں وہ خود شک و ریب کے کانٹوں کے شکار ہو گئے، جو گردشِ روز و شب کے ساتھ بڑھتے چلے گئے۔ بالآخر نوبت یہاں تک پہنچی کہ اس زندگی سے ان کا دل اچاٹ ہو گیا۔اس چیز نے انھیں تحقیقی

مطالعے پر راغب کیا۔وہ سال بھر مطالعے کے وسیع سمندر میں ڈوبے رہے۔اس مطالعے سے ان پر فلسفے کی ناتکمی اور عقلیات کی بے مائیگی عیاں ہو گئی۔وہ اس نتیجے پر پہنچے کہ فلسفہ اپنے دامن میں قلب و دماغ کی تشفی کا کوئی سامان نہیں رکھتا۔اسی کی بنیاد پر قائم ہونے والی افکار و نظریات کی عمارت، سطح بینوں، کوتاہ فہموں کو چاہے کتنی ہی خوش نما اور پختہ و مستحکم نظر آئے فی الحقیقت کھوکھلی ہے۔ حقیقی علم وہ ہے، جو کتاب و سنت کے صاف و شفاف چشمے سے حاصل ہوتا ہے۔پھر احسان و تصوف کے کوچے میں پہنچے، ابو طالب مکی، حارث محاسبی، جنید، شبلی اور بایزید بسطامی وغیرہ صوفیا کے ملفوظات اور تصانیف کا مطالعہ کیا اور آخر کار جاہ و اقبال، علم و تعلیم اور عزت و شہرت کی زندگی کو لات مار کر بغداد سے نکل کھڑے ہوئے۔گیارہ برس تک دمشق، بیت المقدس، مکہ معظمہ، مدینہ منورہ اور اپنے وطن میں مجاہدہ اور ریاض کی زندگی گزاری اور شک و ریب اور بے اطمینانی کے وہ تمام کانٹے نکل گئے، جن سے ان کی زندگی اجیرن ہو کر رہ گئی تھی اور سکونِ قلب میسر آیا۔دینِ خالص پر نئے سرے سے شعوری ایمان لائے۔''

(امام غزالیؒ از: آبادشاہ پوری)

۵-سزائے موت پر

مولانا سید ابو الاعلیٰ مودودی رحمۃ اللہ علیہ ماضی قریب کے عظیم مجدد گزرے ہیں۔وہ عزیمت و استقامت کے کوہ ہمالہ تھے۔ان کی زندگی کا سخت ترین لمحہ وہ تھا جب انھیں سزائے موت سنائی گئی۔مگر وہ نفس مطمئن کی اعلیٰ ترین سطح پر فائز انسان تھے۔۱۱ مئی ۵۳ بعد غروب آفتاب کا ذکر ہے کہ سنٹرل جیل لاہور کے صحن میں چودھری محمد اکبر سیالکوٹ، ملک نصر اللہ خاں عزیز، سید نقی علی، میاں طفیل محمد اور بعض دوسرے اکابر جماعت مولانا مودودیؒ کی اقتداء میں نماز مغرب ادا کر رہے تھے کہ بیرونی دروازہ کھٹ سے کھلا اور پندرہ بیس افسر اور وارڈر صحن میں داخل ہوئے اور جہاں سب نماز پڑھ رہے تھے اس کے قریب آ کر رک گئے۔دعا کے بعد میاں طفیل محمد صاحب نے ان سے کہا ہم سنتوں سے فارغ ہو لیں؟ انھوں نے جواب دیا ہاں ہاں بالکل آپ لوگ نماز سے فارغ ہو جائیں۔نماز کے بعد میاں صاحب ان کی طرف متوجہ ہوئے تو ایک فوجی افسر جس کے ہاتھ میں ایک فائل تھا، آگے بڑھ کر پوچھا کہ ملک نصر اللہ خاں عزیز کون ہے؟ ملک صاحب نے جواب دیا کہ میں ہوں، اس افسر نے انھیں علما کی گرفتاریوں کے متعلق مولانا مودودیؒ کا بیان

مورخہ ۵ رمارچ ۱۹۵۳ روزنامہ تسنیم میں چھاپنے کے الزام میں تین سال قید بامشقت کی سزا کا حکم سنایا۔ اس کے بعد اس فوجی افسر نے پوچھا سید نقی علی کون ہے؟ نقی علی صاحب نے جواب دیا میں ہوں۔ انھیں اس افسر نے مولانا مودودیؒ کے مرتب کردہ پمفلٹ ''قادیانی مسئلہ'' شائع کرنے کی پاداش میں نو سال کی قید سخت کی سزا کا حکم سنایا اس کے بعد یہ افسر مولانا مودودیؒ کی طرف متوجہ ہوا اور ان کے چہرے میں آنکھیں گاڑتے ہوئے ان سے کہا آپ کو قادیانی مسئلے کا پمفلٹ لکھنے کے جرم میں موت کی سزا دی گئی ہے اور علماء کی گرفتاری پر بیان جاری کرنے کے جرم میں سات سال قید بامشقت کی سزا دی گئی ہے۔ یہ بھی کہا کہ مارشل لاء کے تحت سزاؤں کے خلاف کوئی اپیل کا حق نہیں ہے۔ آپ چاہیں تو اپنی موت کی سزا کے خلاف سات دن کے اندر کمانڈران چیف سے رحم کی اپیل کر سکتے ہیں۔

یہ سنتے ہی مولانا سید ابوالاعلیٰ مودودیؒ کا چہرہ بلا مبالغہ انگارے کے مانند تمتما اٹھا اور آپ نے گرج دار اور باوقار لہجہ میں جواب دیا: ''مجھے کسی سے کوئی اپیل نہیں کرنی ہے۔ زندگی اور موت کے فیصلے زمین پر نہیں آسمان پر ہوتے ہیں۔ اگر وہاں میری موت کا فیصلہ ہو چکا ہے، تو دنیا کی کوئی طاقت مجھے موت سے نہیں بچا سکتی اور اگر میری موت کا فیصلہ نہیں ہوا ہے تو دنیا کی کوئی طاقت میرا بال بھی بیکا نہیں کر سکتی۔''

اس کے بعد جیل کے افسروں نے سزا یافتہ ان تینوں حضرات سے کہا کہ آپ لوگ جلدی تیار ہو جائیں۔ ملک نصر اللہ خاں اور سید نقی علی سزا یافتہ قیدیوں کی بارک میں جائیں گے اور مولانا مودودی پھانسی کے گھر میں۔

مولانا مودودیؒ نے افسران جیل سے دریافت کیا کہ وہ اپنا بستر اور کتب وغیرہ ساتھ لے لیں، انھوں نے جواب دیا، بس ایک قرآن مجید چاہیں تو لے لیں اور کچھ نہ لیں۔ بستر، کپڑے آپ کو وہاں مل جائیں گے۔ چناں چہ مولانا نے چپل کی بہ جائے اپنا جوتا اور کپڑے کی ٹوپی کی بہ جائے قراقلی پہنی اور ہم لوگوں سے گلے مل کر اس طرح روانہ ہوئے کہ گویا کوئی بات ہی نہیں۔ معمولاً ایک احاطے سے دوسرے احاطہ کی طرف جا رہے ہیں۔ دیوانی گھر سے نکلے اور جیل کے افسر نے سید مودودیؒ کو تسلی دینے کے لیے کہا کہ آپ گھبرائیے نہیں لیکن مولانا نے جواب دیا۔

''مجھے کوئی فکر نہیں ہے، میں نے جس راہ میں قدم رکھا ہے، اس کے متعلق روز اول سے جانتا تھا کہ کیا کچھ پیش آ سکتا ہے۔ مجھے یہ تسلی ہے کہ جس کی دی ہوئی یہ جان ہے، اسی کی راہ میں قربان ہونے کا شرف حاصل ہو رہا ہے۔'' اور پھر اپنے باوقار انداز میں قدم اٹھاتے ہوئے اور غیر متفکر چہرے کے ساتھ منزل جاناں کی طرف بڑھتے آخر بارک نمبر ۱۴ آ گئی اور سید مودودیؒ پھانسی کی کوٹھری میں داخل ہو گئے۔

شورش کشمیری نے ایک دفعہ لکھا: مولانا مودودیؒ کا کیرکٹر مثالی ہے انھوں نے موت کی سزا پر جس ایمان کا ثبوت بہم پہنچایا اس پر جتنا بھی فخر کیا جائے کم ہے۔ ہر شخص اتنے ثبات کے ساتھ موت کی کوٹھری میں داخل نہیں ہو سکتا۔

تھوڑی دیر بعد ایک وارڈر آیا اور وہ مولانا کی ٹوپی، قمیص اور جوتا سب کپڑے واپس دے گیا اور اس نے بتایا کہ انھیں جیل کے قاعدے کے مطابق کھدر کا کرتا اور ازار بند کے بغیر کھدر کا پاجامہ اور پھانسی کے گھر کا فرشی ٹاٹ کا بستر دیا گیا ہے۔ وہاں وہ اپنے کپڑے اور ازار بند والا پاجامہ رکھ بھی نہیں سکتے۔ مولانا مودودیؒ کے ان پارچہ جات کا آنا تھا کہ ان کو دیکھتے ہی امین احسن صاحب پر عجیب کیفیت طاری ہو گئی۔ وہ ان پارچہ جات کو کبھی آنکھوں سے لگاتے اور کبھی سینے سے لگاتے اور کبھی سر پر رکھتے زار و قطار روتے ہوئے فرمایا ''مودودی کو میں بڑا آدمی سمجھتا تھا۔ لیکن مجھے یہ اندازہ نہیں تھا کہ خدا کے ہاں اس کا اس قدر بلند مرتبہ ہے۔''

اگلے روز وارڈروں وغیرہ کی زبانی مولانا مودودیؒ کی رات بھر کی کیفیت یہ معلوم ہوئی کہ وہ پھانسی کے گھر گئے۔ پھانسی کے مجرموں والے کپڑے انھوں نے زیب تن کیے۔ کوٹھری کے جنگلے سے باہر رکھی ہوئی پانی کی گھڑیے سے وضو کیا۔ عشاء کی نماز پڑھی اور زمین پر بچھے ہوئے دو فٹ اور ساڑھے پانچ فٹ کے بستر پر پڑ کر ایسے سوئے کہ رات بھر ان کے خراٹے سن سن کر پہریدار حیرت میں ڈوبے رہے کہ یا اللہ یہ عجیب شخص ہے، جو پھانسی کا حکم پا کر ایسا مدہوش سویا ہے کہ گویا اس کے سارے فکر اور تردد دور ہو گئے ہیں۔

جب سنٹرل جیل سے ملاقاتی لوٹنے لگے تو مولانا مودودیؒ نے اپنے بیٹے عمر فاروق کے کاندھے پر ہاتھ رکھ کر تسلی و تشفی دیتے ہوئے وہ الفاظ کہے جو تاریخ میں سنہری حروف میں لکھے

جائیں گے۔ فرمایا: بیٹا ذرا نہ گھبرانا، اگر میرے پروردگار نے مجھے بلانا منظور کرلیا ہے تو بندہ بہ خوشی اپنے رب سے جا ملے گا اور اگر اس کا ہی ابھی حکم نہیں تو پھر چاہے یہ الٹے لٹک جائیں لیکن مجھ کو نہیں لٹکا سکتے۔''

تاریخ شاہد ہے کہ مولانا مودودیؒ نے تختۂ دار کو بھی خوشی سے چوم لیا تھا۔ پھر ان کے خون کے پیاسوں کے قدم ڈگمگائے اور انھیں دو روز بعد ۱۴ رمئی ۱۹۵۳ کو سزائے موت کو عمر قید میں تبدیل کرنا پڑا۔

نفس مطمئنہ کے ضمن میں یہ پانچ داستانیں ہم نے بہ طور مثال پیش کیں۔ ان سے جو کلیہ نکلتا ہے، وہ یہی ہے کہ انسان فجور وتقویٰ کے موجود داعیے کے درمیان کش مکش میں نفس کی سفلی ترغیبات کو زیر کر کے اپنے آپ کو سعی وکوشش سے اوپر اٹھانا، اس کی سعادت مندی ہے۔ نفس کے اس معرکے میں نفس کو نفس مطمئنہ تک لے جانا زندگی کا ایک طویل سفر ہے، جن میں اوپر درج کیے گئے واقعات دراصل سنگ میل کی حیثیت رکھتے ہیں۔ اس سفر میں ایک ایک دو دو سنگ میل پار کرتے رہنے سے زندگی کا آخری سانس جب ہم سے جدا ہوگا تو ہم نفس مطمئنہ کے لقب سے پکارے جانے کے اہل ہوں گے۔

نفس مطمئنہ کی طرف

نفس کا اطمینان اندرون کی ایک ایسی ٹھنڈک ہے، جسے محسوس کیا جاسکتا ہے۔ مگر اس کی پیمایش کرنا ممکن نہیں۔ نفس کا اطمینان چہرے کے نور، عظمت و وقار، سنجیدگی و شایستگی، توکل و اعتماد اور قرب الٰہی سے ظاہر ہوتا ہے۔ بعض نوجوان تو ایسے بھی ہیں، زندگی میں بحث ومباحثہ کرنا جن کا وطیرہ ہے۔ رات کے ڈیڑھ دو بج جاتے ہیں مگر موضوع ختم نہیں ہوتا۔ کبھی ڈیموکریسی کی مذمت پر تو کبھی عورت کی امامت کا مسئلہ، کبھی نظام باطل سے تعاون کا مسئلہ تو کبھی مرتد کی سزا پر علمی مباحث، ''کبھی جماعت کو کن امور پر توجہ دینا چاہیے'' کی طویل فہرست تو کبھی موجودہ تنظیمی نظام کی خرابیوں کا رونا۔ الغرض انسانیت، امت، تحریک وتنظیم کا کوئی مسئلہ ایسا نہیں، جس کے لیے ہمارے یہ نوجوان فکرمند نہ ہوں مگر خود ان کی زندگی کا حال پوچھیے تو ایک قسم کی بے کلی اور بے قراری ہے، جو چھپائے نہیں چھپتی۔ روح میں نہ سوز ہے نہ زبان میں کوئی تاثیر۔ دل ایک ویران اجڑا دیار ہے۔ بے رونق زندگی اور بے کشش شخصیت کا جنازہ وہ اپنے سر اٹھائے پھرتے ہیں۔ دل مضطر وقلب ویران کا ایک نقشہ جناب نعیم صدیقیؒ نے کچھ اس طرح کھینچا ہے۔

''کیا آپ کو صحیح صحیح اندازہ ہے کہ ہمارے دل کا کیا عالم ہے؟ اس میں کتنا کوڑا کرکٹ جمع ہے۔ کیسی کیسی غلاظتوں کے ڈھیر جگہ جگہ لگے ہیں؟ مردوں کی ہڈیوں اور سڑے ہوئے گوشت جیسی بساند بھری ہے۔ مکڑوں نے جالے تن رکھے ہیں۔ خونخوار چمگادڑوں کی پھڑ پھڑاہٹ باطنی فضا میں

سنائی دیتی ہے، ناگ پھنکارتے ہیں، الووں کی مہیب آوازیں گونجتی ہیں، طرح طرح کے بت جگہ جگہ نصب ہیں، دیواروں پر منحوس عریاں تصویریں نقش ہیں۔ اپنے باطن کی اس ناپاک دنیا کو ہم دل فریب گفتگوؤں اور لچھے دار تقریروں سے چھپاتے ہیں، ان کو لطیفوں اور قہقہوں سے ڈھانپتے ہیں، ان کو مصنوعی سنجیدگی و وقار کے پردوں سے سجاتے ہیں، دولت کے انباروں، عیش کے سامانوں، خوب صورت بنگلوں، لطیف فنی شاہ پاروں، پر بہار سماجی اور ثقافتی تقریبوں میں نگاہوں کو الجھا کر آگے بڑھنے سے روک دیتے ہیں، دوسروں کی نگاہوں سے چھپنا چھپانا تو الگ رہا، ہم اپنی ہی نگاہوں کو اپنے دلوں تک پہنچنے سے روکتے ہیں، اپنے باطن پر نگاہ ڈالنے کے لیے ہمارے پاس فرصت نہیں، ہماری مصروفیات بے پناہ اور ہمارے عہدے بڑے اونچے ہیں۔" (تحریکی شعور، نعیم صدیقی، ص: ۶۳، ۶۴)

نفس مطمئنہ کے مترادفات

اس سے پہلے ہم لکھ چکے ہیں کہ چوں کہ عربی میں نفس مونث ہے، اسی لیے تضاد اور بے قراری سے پاک نفس کو "نفس مطمئنہ" کہا جاتا ہے۔ اردو میں ہم اسے "نفس مطمئن" کہتے ہیں۔ اس کیفیت کے اظہار کے لیے قرآن نے کچھ اور الفاظ بھی استعمال کیے ہیں۔ مثلاً ــــ قلب سلیم اور قلب منیب۔

قلب سلیم

حضرت ابراہیم علیہ السلام مختلف آزمائشوں سے گزرے، مال و دولت، گھر، وطن، بیوی، بچے، آرام و آسائش غرض ہر قسم کی عزیز شے کی قربانی کی ضرورت پیش آئی۔ ان سب مرحلوں میں ایک لمحہ کے لیے نہ انھوں نے تردد کیا نہ توقف، نہ گھبرائے نہ بے قرار ہوئے، بلکہ اپنے دل کو ہر دو وفاداریوں میں بٹنے سے بچایا، قلب کی سلامت روی کو باقی رکھا تو اللہ تعالیٰ نے

آپ علیہ السلام کا تعارف اس طرح فرمایا:

وَ اِنَّ مِنْ شِيْعَتِهٖ لَاِبْرٰهِيْمَo اِذْ جَآءَ رَبَّهٗ بِقَلْبٍ سَلِيْمٍo

(الصفت: ۸۳، ۸۴)

"اور نوح ہی کے طریقے پر چلنے والا ابراہیم تھا۔ جب وہ اپنے رب کے حضور قلب سلیم لے کر آیا۔"

قلب منیب

آخرت کی کام یابی ہمارا اصل مقصود ہے۔ وہاں "فکر کی پختگی" ضامن نجات نہیں ہے۔ بلکہ قلب کی انابت اور بندے کی اوابیت وہ عناصر ہوں گے، جس سے بندے کو خلود جنت نصیب ہوگا۔ قرآن کہتا ہے:

وَ اُزْلِفَتِ الْجَنَّةُ لِلْمُتَّقِيْنَ غَيْرَ بَعِيْدٍo هٰذَا مَا تُوْعَدُوْنَ لِكُلِّ اَوَّابٍ حَفِيْظٍo مَنْ خَشِيَ الرَّحْمٰنَ بِالْغَيْبِ وَ جَآءَ بِقَلْبٍ مُّنِيْبٍo اِدْخُلُوْهَا بِسَلٰمٍ ؕ ذٰلِكَ يَوْمُ الْخُلُوْدِo (ق: ۳۱-۳۴)

"اور جنت متقین کے قریب لے آئی جائے گی، کچھ بھی دور نہ ہوگی۔ ارشاد ہوگا "یہ ہے وہ چیز جس کا تم سے وعدہ کیا جاتا تھا، ہر اس شخص کے لیے جو بہت رجوع کرنے والا اور بڑی نگہداشت کرنے والا تھا۔ جو بے دیکھے رحمٰن سے ڈرتا تھا اور جو قلب منیب (دل گرویدہ) لیے ہوئے آیا ہے۔ داخل ہو جا جنت میں سلامتی کے ساتھ، وہ دن حیات ابدی کا دن ہوگا۔"

غرض اس رزم گاہ حیات میں، نفس امارہ اور نفس لوامہ کی کش مکش کے بیچ نفس کو نفس مطمئن، قلب سلیم اور قلب منیب بنانے کے لیے آدمی کو چاہیے کہ وہ مرضیات الٰہی کا پابند ہو، ہر اس کام کا کرنا جو قرآن و سنت سے مطلوب ہے، نفس کو اطمینان عطا کرے گا اور ہر وہ کام جو احکام الٰہی کی خلاف ورزی میں ہوگا نفس کے خلش کو بڑھا دے گا۔

دعوت، تربیت اور خدمت تین ایسے بڑے امور ہیں، جو انبیاء کی دعوت کے اجزاء رہے ہیں اور نفس کی طمانیت کے حصول کے یہ سب ذرائع ہیں۔ مگر بعض اوقات آدمی ان کاموں کو انجام دے کر بھی روحانی طور پر خالی خالی اور کھویا کھویا محسوس کرتا ہے۔ قوت تو مختلف ذرائع سے بھی ملتی ہے مگر مخزن و معدن سے وابستگی غیر منقطع حصول قوت کا یقینی ذریعہ ہوتا ہے۔ لیپ ٹاپ (Laptop) بیٹری سے بھی کام کرتا ہے مگر برقی توانائی کے تار سے جڑنے کے بعد اس کی کیفیت نکھر جاتی ہے۔ بھوک کے وقت پانی، کھجور اور کیلے سے بھی کام چلایا جا سکتا ہے مگر روٹی، گھی اور گوشت کا کیا کہنا۔ غرض اس طرح تربیت، دعوت اور خدمت کے کام کی انجام دہی سے بھی دل کا اطمینان ہوتا ہے مگر درج ذیل اعمال و اشغال ایسے ہیں، جن کی شعوری انجام دہی سے روح کی سکینت اور قلب کی طمانیت ایک یقینی امر ہے۔ نفس مطمئنہ کی طرف لے جانے والے یہ چار اہم ترین اعمال ہیں: (۱) نماز (۲) قرآن (۳) دعا (۴) ذکر

۱-نماز

نماز قرب الٰہی کا اہم اور بنیادی ذریعہ ہے۔ نماز اللہ سے قرب و ہم کلامی کا قائم مقام ہے۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کو وادی طویٰ میں اللہ تعالیٰ نے بلا کر نبوت عطا فرمائی۔ آپ سے ہم کلام ہوا پھر وادی سے لوٹنے کے بعد بھی خدا سے ہم کلامی کا ایک ذریعہ بتایا وہ ہے نماز۔

اِنَّنِیْٓ اَنَا اللّٰہُ لَآ اِلٰـہَ اِلَّآ اَنَا فَاعْبُدْنِیْ ۙ وَ اَقِمِ الصَّلٰوۃَ لِذِکْرِیْ o
(طٰہٰ:۱۴)

''میں ہی اللہ ہوں، میرے سوا کوئی خدا نہیں ہے، پس تو میری بندگی کر اور میری یاد کے لیے نماز قائم کر۔''

اس طرح نبی ﷺ کو اللہ تعالیٰ نے معراج پر بلایا، ذات باری تعالیٰ کی قربت اور اس کی سلطنت کی عظیم الشان نشانیوں کے مشاہدے کے بعد، اس سے ایک مشابہ چیز نماز کا تحفہ عام مسلمانوں کے لیے عطا کیا گیا۔ خدا سے Physical nearness (طبعی قربت) تو امر محال

ہے، مگر Spiritual nearness (روحانی قربت) ممکن ہے اور اس کا ذریعہ نماز ہے۔ نماز کے سلسلے میں ان امور کی طرف توجہ دلائی ہے جہاں عموماً تساہل ہوتا ہے۔

جماعت

اردو میں ہم نماز پڑھنا جسے کہتے ہیں وہ انفرادی طور پر بھی ممکن ہے مگر شریعت نے نماز پڑھنے کا نہیں ''نماز قائم'' کرنے کا حکم دیا ہے۔ نماز قائم کرنا گویا دین کو قائم کرنے کی پہلی کوشش ہے۔ لہٰذا جو دین کو غالب کرنے کی بات کرتے ہیں وہ نماز نہیں پڑھیں گے بلکہ نماز قائم کریں گے۔

نماز کے قیام کے شرائط میں جماعت ایک اہم شرط ہے، رحمۃ للعالمین نے نماز باجماعت نہ ادا کرنے والوں کے سلسلے میں کہا تھا کہ جی چاہتا ہے کہ امامت کوئی کرے اور میں ان گھروں کو آگ لگا دوں، جس کے لوگ جماعت میں شامل نہ ہوں۔ کسمساتے ہوئے نماز کی خاطر اٹھنے والوں کے بارے میں کہا گیا کہ وہ منافق ہیں:

اِنَّ الْمُنٰفِقِیْنَ یُخٰدِعُوْنَ اللّٰہَ وَ ھُوَ خَادِعُھُمْ ۚ وَ اِذَا قَامُوْٓا اِلَی الصَّلٰوۃِ قَامُوْا کُسَالٰی ۙ
(النساء:۱۴۲)

''یہ منافق اللہ کے ساتھ دھوکہ بازی کر رہے ہیں، حالاں کہ درحقیقت اللہ ہی نے انھیں دھوکہ میں ڈال رکھا ہے، جب یہ نماز کے لیے اٹھتے ہیں کسمساتے ہوئے اٹھتے ہیں۔''

محض تساہل سے گھر پر، دفتر وغیرہ میں انفرادی طور پر نماز ادا کرنے کی عادت ڈالنا، اسلامی اسپرٹ سے میل نہیں کھاتا اور نہ ایسی نماز دلوں کو اطمینان عطا کر پاتی ہے۔

وقت

نماز جب باجماعت ادا کی جانے لگے اور محلے کی مسجد میں ادا کی جائے تو پھر خود بہ خود وقت پر نماز ادا ہو جائے گی۔ قرآن کہتا ہے:

اِنَّ الصَّلٰوۃَ کَانَتْ عَلَی الْمُؤْمِنِیْنَ کِتٰبًا مَّوْقُوْتًا o (النساء:۱۰۳)

''بے شک نماز مومنوں پر وقت کی پابندی کے ساتھ فرض کی گئی ہے۔''

یہی قرآن کا اصول ہے، دن میں پانچ مرتبہ وقفہ وقفہ کے ساتھ دربارِ الٰہی میں حاضری، روح کی پاکیزگی اور بالیدگی کا عمل حصولِ قوت کا فطری طریق کار ہے۔ رفعت کی راہیں بہت ہیں مگر ایک داعی اس کا عادی نہیں ہوتا۔ کچھ دنوں سے یہ دیکھنے میں آرہا ہے کہ دینی اجتماعات میں قربِ الٰہی کے لیے زیادہ سے زیادہ وقت فارغ کرنے کی بہ جائے ''جمع بین الصلاتین'' کے بہانے رب کائنات کی بارگاہ میں حاضری کم سے کم کر لی جاتی ہے۔ فقہی اعتبار سے ''جائز، صحیح، ثابت شدہ سنت'' کی بحث میں پڑنا اس وقت ہمارے دائرے سے باہر ہے۔ میں صرف دورانِ اجتماع کی بات کر رہا ہوں، جہاں قیام ہوتا ہے، جماعت قائم ہوتی ہے بلکہ مسجد میں اجتماع ہوتا ہے۔ اس وقت ہمارے کچھ نئے دین دار مسجد سے باہر لان میں جا کر گفتگو کے لیے بیٹھ جاتے ہیں، جب کہ اندر عصر یا عشاء کی جماعت کھڑی ہوتی ہے۔ پوچھنے پر کہا جاتا ہے ہم نے 'جمع' کر لیا۔ جب کہ کھانا جمع نہیں کرتے، ناشتہ اپنے وقت پر کرتے ہیں، دوپہر کے کھانے میں ذرا تاخیر نہیں ہوتی، رات کا کھانا پروگرام کے مطابق ہوتا ہے۔ ایسا اسی لیے تو کیا جاتا ہے کہ وقفہ وقفہ سے کھانے سے انرجی حاصل ہوتی رہے، سرور و تازگی باقی رہے۔ دوائیں بھی تین اوقات میں مطلوب مقدار کو تین حصوں میں تقسیم کر کے دی جاتی ہیں۔ مثلاً جسم کے وزن کے تناسب سے ڈاکٹر نسخہ لکھتا ہے۔ یہ اسی لیے کہ پہلے 15mg کام کرے، جب اس کے اثرات جسم کے اندر کم زور پڑنے لگے تو پھر 15mg کی خوراک سے کم زوری کو توانائی سے بدلا جائے۔ پھر کچھ وقت گزرنے کے بعد تیسری مرتبہ 15mg کی گولی کھانی پڑتی ہے۔ حالاں کہ ضرورت کے وقت بھول جانے پر یا سفر میں ایک ساتھ 45mg کھا لینا بھی صحیح ہے مگر یہ معمول نہ بنے تو پھر روحانی تازگی، سکون و طمانیت کے حصول کے لیے ضم سے کیوں کام لیا جائے جب کہ ابھی جوانی کا دم باقی ہے۔

یہ بات صرف رجوع الی اللہ کی کیفیت اور مقدار کو بڑھانے کے لیے زیرِ بحث لائی گئی۔ ورنہ شریعت میں اس کی گنجائش سے بحث نہیں۔

خشوع وخضوع

نماز میں خشوع خضوع کام یاب مومن کی پہچان ہے:

قَدْ اَفْلَحَ الْمُؤْمِنُوْنَ ۝ الَّذِيْنَ هُمْ فِيْ صَلَاتِهِمْ خٰشِعُوْنَ ۝

(المومنون:۱،۲)

''یقیناً فلاح پائی ہے ایمان لانے والوں نے، جو اپنی نماز میں خشوع اختیار کرتے ہیں۔''

خشوع دراصل جلالِ ربانی کے آگے، کلامِ ربانی کی تلاوت سے قلب کا نرم ہو کر جھک جانا ہے۔ دل کی یہ کیفیت نماز کی اصل روح ہے۔ ذہن کہیں مصروف ہو، الفاظ زبان سے ادا ہو رہے ہیں مگر علم نہیں کیا پڑھ رہے ہیں، اس طرح کبھی اس کا بھی احساس نہیں تشہد میں بیٹھا کہ نہیں، ایک سجدہ ہوا کہ دو سجدے ہوئے؟

ایسا تو دراصل نشہ کی حالت میں ہوتا ہے اس لیے قرآن نے کہا:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تَقْرَبُوا الصَّلٰوةَ وَ اَنْتُمْ سُكٰرٰى حَتّٰى تَعْلَمُوْا مَا تَقُوْلُوْنَ (النسآء:۴۳)

''اے لوگو جو ایمان لائے ہو، جب تم نشے کی حالت میں ہو تو نماز کے قریب نہ جاؤ، نماز اس وقت پڑھنی چاہیے جب تم جانو کہ کیا کہہ رہے ہو۔'' (النساء:۴۳)

خیالات کی گم گشتہ وادیوں میں کھو کر کبھی نشہ آور سے مشابہت ہو جاتی ہے۔ اللہ کے رسولؐ نے فرمایا کہ ''بے حضوری قلب کی نماز اللہ کے ہاں مقبول نہیں ہے۔''

قلب کو قلبِ منیب بنانے کے لیے کچھ مشورے درج ذیل ہیں:

- عموماً پڑھی جانے والی سورتیں نہ دہرائی جائیں، بلکہ کچھ نئی سورتیں یاد کریں۔ کچھ مشکل مقامات کی تلاوت ذہن کو مستحضر رکھے گی۔
- رکوع و سجود، قومہ و جلسہ کی تسبیحات بدل بدل کر پڑھیں جیسا کہ احادیث میں آئی ہیں۔
- قرآن کا فہم خشوع وخضوع پیدا کرے گا۔

تہجد

تہجد مومن کے لیے فرض تو نہیں ہے، البتہ داعی کے لیے لازم کے درجے میں ہے، جو لوگ بندوں کو راہ خدا میں رب کی چوکھٹ پر سر رکھنے کے لیے بلاتے ہوں، تو ردعمل میں سر اور اکڑنے لگتے ہیں۔ داعی کی بات رد ہونے یا نتائج جلد برآمد نہ ہونے پر دل بوجھل ہو جاتا ہے۔ بسا اوقات کئی اور اسباب ہوتے ہیں جب دل اندر سے ایسا روتا ہے کہ حالت زار کسی کو بتایا نہ جا سکے۔ دل کا غم ہلکا ہو جائے تو ایسا سکون قلب اور نفس کو اطمینان ملتا ہے کہ اسے احاطہ تحریر میں لانا مشکل ہے۔ یہ راحت جاں کا سامان تہجد کی نماز کرتی ہے۔ حضرت داؤد علیہ السلام کے مزامیر وقت تہجد کے حمد ہیں۔ حضرت یعقوب علیہ السلام کا دل غم سے چور چور تھا، حضرت یوسف علیہ السلام کی بازیافت کی خوش خبری جب ملی تو بچوں نے اپنی غلطی پر بخشش کی دعا کی درخواست کی تب حضرت یعقوب علیہ السلام نے فرمایا:

قَالَ سَوْفَ اَسْتَغْفِرُ لَكُمْ رَبِّيْ ؕ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ ۝ (یوسف:۹۸)

"اس نے کہا عنقریب میں اپنے رب سے تمھارے لیے معافی کی درخواست کروں گا۔"

امام غزالیؒ نے لکھا ہے کہ عنقریب سے مراد حضرت یعقوبؑ کا یہ کہنا تھا کہ وقت تہجد میں تمھارے لیے دعا کروں گا۔ غرض تہجد کا وقت اٹھنا اور نماز قرآن ذکر، دعا کا اہتمام کرنا، روحانی بلندی کے لیے ضروری ہے۔ سورۂ مزمل سے تہجد کے جو فوائد سامنے آتے ہیں وہ حسب ذیل ہیں:

- غم دل کو ہلکا کرتا ہے۔
- رب کے حضور آہ و زاری سے قلب کی اوابیت بڑھتی ہے۔
- قرآن پر غور و فکر کرنے کا موقع ملتا ہے۔
- فرض منصبی کا بوجھ ہلکا ہوتا ہے، دعوت کی راہ آسان ہوتی ہے۔

- نفس امارہ کو زیر کرنا ممکن ہو جاتا ہے۔
- زبان میں تاثیر پیدا ہوتی ہے۔
- خدا کی حمد و تسبیح کرنے کے لیے یکسوئی میسر آتی ہے۔
- سب سے کٹ کر صرف اللہ کے ہو جانے کا زریں موقع ہوتا ہے۔

لہٰذا نفس مطمئنہ کی طرف سفر میں نماز ایک اہم ذریعہ ہے۔ نماز کا جتنا حق ادا کریں گے اتنا نفس کا اطمینان بڑھے گا۔

۲-قرآن

روحانی سکون و تسکین جان کا دوسرا ذریعہ قرآن مجید ہے۔ مولانا مودودیؒ نے تفہیم القرآن لکھ کر یہ احسان کیا کہ انھوں نے لاکھوں نوجوانوں کو قرآن سے وابستہ کر دیا۔ ورنہ اس سے پہلے وہ صرف علماء کے سمجھنے سمجھانے کی کتاب تھی۔ رفتہ رفتہ لوگ تفہیم قرآن کی طرف متوجہ ہوئے۔ مطالعہ قرآن کے سلسلے میں چند باتیں عرض کرنا چاہوں۔

خوش الحانی

قرآن کو خوش الحانی سے پڑھنے سے روح پر وجد طاری ہوتا ہے۔ دل کے تاروں کو وہ چھیڑتا ہے، قلب رقت و سوز سے بھر جاتا ہے۔ قرآن کا کہنا ہے:

اِنَّمَا الْمُؤْمِنُوْنَ الَّذِيْنَ اِذَا ذُكِرَ اللّٰهُ وَجِلَتْ قُلُوْبُهُمْ وَ اِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ اٰيٰتُهٗ زَادَتْهُمْ اِيْمَانًا وَّ عَلٰى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُوْنَ ۝ (الانفال:۲)

"ایمان والے وہی ہیں جب نام آئے اللہ کا تو ڈر جائیں ان کے دل اور جب پڑھا جائے ان پر اس کا کلام تو زیادہ ہو جاتا ہے ان کا ایمان اور وہ اپنے رب پر بھروسا کرتے ہیں۔"

اسی طرح سورۂ زمر آیت ۲۳ میں ہے:

اَللّٰهُ نَزَّلَ اَحْسَنَ الْحَدِيْثِ كِتٰبًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ

جُلُوْدُ الَّذِيْنَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِيْنُ جُلُوْدُهُمْ وَ قُلُوْبُهُمْ اِلٰى ذِكْرِ اللّٰهِ (الزمر:۲۳)

''اللہ نے بہترین کلام اتارا ہے۔ ایک ایسی کتاب جس کے اجزا ہم رنگ ہیں اور جس میں بار بار مضامین دہرائے گئے ہیں۔ اسے سن کر ان لوگوں کے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں، جو اپنے رب سے ڈرنے والے ہیں اور پھر ان کے جسم اور ان کے دل اللہ کے ذکر کی طرف راغب ہو جاتے ہیں۔''

خوش الحان تلاوت اور رقت آمیز قرأت قلوب کو متاثر کرتی ہے۔ نبی ﷺ نے فرمایا:

زَيِّنُوا الْقُرْاٰنَ بِاَصْوَاتِكُمْ

''اپنی آوازوں سے قرآن کو زینت بخشو۔''

نبی ﷺ سے پوچھا گیا کہ قرآن پڑھنے میں کون سا شخص زیادہ خوش آواز ہے؟ آپؐ نے فرمایا: ''وہ شخص جب تو اسے پڑھتا ہوا سنے تو تجھے محسوس ہو کہ وہ اللہ سے ڈرتا ہے۔'' اس کیفیت تک پہنچنے کے لیے خوش الحان امام کی اقتدا میں نمازوں کا اہتمام کریں، عالمی شہرت یافتہ قراء کی قرأتیں سنیں، پھر بہت ممکن ہے کہ تہجد کے وقت کی تلاوت وہ کیفیت پیدا کر سکے۔

رحمت

جب ہم قرآن کی تلاوت کریں تو صرف ''نکتوں'' کی تلاش نہ ہو بلکہ خدا کی رحمت نزول ہوتے ہوئے محسوس کریں۔ یہ ایک ایسی قلبی کیفیت ہے، جس سے آدمی روحانی ٹھنڈک محسوس کرے۔ نبی ﷺ نے فرمایا:

''جب بھی لوگ اللہ کے گھروں میں سے کسی گھر میں جمع ہو کر قرآن کی تلاوت کرتے ہیں اور اسے باہم پڑھتے ہیں تو ان پر سکینت نازل ہوتی ہے۔ خدا کی رحمت انھیں ڈھانپ لیتی ہے اور فرشتے انھیں گھیر لیتے ہیں۔'' (ابوہریرہؓ۔ مسلم، ترمذی)

صحابیِ رسول حضرت اسید بن حضیرؓ کی عادت تھی کہ وہ تہجد کے وقت خوش الحانی کے ساتھ

قرآن کی تلاوت فرماتے تھے۔ ایک رات وہ تلاوت فرما رہے تھے، ان کی کٹیا میں ان کا گھوڑا بندھا ہوا تھا، وہ ہنہنا رہا تھا۔ پاس میں ان کا چھوٹا بچہ عبداللہ سویا ہوا تھا۔ اس ڈر سے کہ کہیں گھوڑا بچے کو روند نہ دے، آپؓ نے تلاوت بند کر دی۔ پھر کچھ دیر بعد پڑھنا شروع کیا تو پھر گھوڑا بدکنے لگا۔ دو تین مرتبہ جب ایسا ہوا تو آپؓ نے تلاوت روک دی۔ باہر تشریف لائے۔ آسمان کی طرف سر اٹھا کر دیکھا تو کیا دیکھتے ہیں کہ سفید چھتری نما کوئی چیز ہے، جس میں چراغ روشن ہیں اور وہ بدلی اوپر کی طرف جا رہی ہے۔ یہ سارا ماجرا صبح حضرت اسیدؓ نے نبی ﷺ کو سنایا تو نبی ﷺ نے فرمایا: ''اسید کاش تم صبح تک تلاوت جاری رکھتے تو مدینہ کے لوگ دیکھ لیتے کہ رحمت کے فرشتے کیسے ہوتے ہیں۔''

اس تصور و ادراک کے ساتھ ہماری تلاوت ہونی چاہیے۔

جلاء قلب

جیسا کہ آغاز میں مولانا نعیم صدیقی کا حوالہ دیا گیا کہ ہمارے قلوب کی کیا کیفیت ہے۔ اس صورت حال کو قرآن نے کہیں ''كَلَّا بَلْ رَانَ عَلٰى قُلُوْبِهِمْ مَّا كَانُوْا يَكْسِبُوْنَ'' کے الفاظ سے تعبیر کیا، کہیں قلوب قاسیہ کہا ہے۔ حدیث میں اس کیفیت کو ایک دوسرے انداز میں یوں کہا گیا ہے:

''ان دلوں کو بھی زنگ لگ جاتا ہے، جیسے لوہے کو زنگ لگ جاتا ہے۔ جب کہ اس پر پانی پہنچ جائے۔ عرض کیا گیا۔ یا رسول اللہ ان دلوں کو جلا بخشنے والی چیز کیا ہے؟ فرمایا: موت کو اکثر یاد کرنا اور قرآن کی تلاوت۔'' (ابن عمرؓ: بیہقی)

لہٰذا طمانیت قلب اور دل کے نور کے حصول کے لیے صرف ترجمہ و تفسیر کا مطالعہ ہی کافی نہیں، بلکہ خوش الحان قرأت کی وجدانی کیفیت بھی ضروری ہے۔

فہم و تدبر

فہم و تدبر پر ہم بہت کچھ اپنی محفلوں میں عرض کرتے رہتے ہیں۔ لیکن خود قرآن کے

پیچیدہ مقامات کو سمجھنے یا جدید مسائل کے حل کی دریافت کے لیے قرآن پر غور وفکر ایک نئے انداز سے نہیں کر پاتے۔ اہل علم کی صحبت بھی مدد ثابت ہوتی ہے۔ مگر اقبال نے فہم وتدبر کا جو راز بتایا ہے وہ یوں ہے:

ترے ضمیر پہ جب تک نہ ہو نزول کتاب
گرہ کشا ہے نہ رازی نہ صاحب کشاف

ایک اور جگہ فرمایا:

یہ راز کسی کو نہیں معلوم کہ مومن
قاری نظر آتا ہے حقیقت میں ہے قرآن

بہت سے نکتے میدان عمل میں کھل جاتے ہیں۔ صرف زبانی داعی بننے سے یہ نعمت عظمیٰ ہاتھ نہیں آتی۔

۳۔ دعا

دعا عبادت کا مغز ہے، دعا بندگی کا اظہار ہے، دعا تقدیر کو بدل دیتی ہے اور محتاجی کو دور کرتی ہے۔ دعا اپنے آپ کو خدا کی چوکھٹ میں ڈال دینا ہے۔ دعا سے سکون وطمانیت ملتی ہے۔ دعا ہی سے مشکل کام آسان ہوتے ہیں۔ دعا انہونی کو ہونی کر دیتی ہے۔ دعا دلوں کو جوڑ دیتی ہے۔ دعا خدا کو خوش کر دیتی ہے۔ دعا سے رقت قلبی پیدا ہوتی ہے۔ آہ سحرگاہی کی لذت وکیفیت اور ٹھنڈک پراگندہ ذہن کو مرتکز کر دیتی ہے اور دعا انبیاء کی سنت ہے۔ دعا خدا کی تعلیم ہے۔ خدا ہی سے کائنات کی ہر شئے دعا مانگتی ہے۔ دعا سے انسان پوری کائنات سے ہم آہنگ ہو جاتا ہے۔ دعا سے بندہ اپنے تمام معاملات خدا کے سپرد کر دیتا ہے پھر ہر کام بن جاتا ہے۔ دعا سے اندرونی طاقت ملتی ہے۔ غم دل جو کسی کو سنا نہ سکیں دعا ہی سے وہ ہلکا ہوتا ہے۔ الغرض دعا مومن کا ہتھیار ہے۔ مگر افسوس کہ ہم عربی کے چند بول زبان سے ادا کر لینے سے آگے نہیں بڑھ پاتے۔ دعا کے ضمن میں چار باتیں عرض کرنی ہیں:

کتابیں

دعاؤں کا شوق وولولہ اگر دل میں موجزن ہو تو پہلی چیز جو کرنے کی ہے وہ دعا پر اچھی اچھی کتابوں کو جمع کریں۔ مثلاً

☆ کلام نبوت۔ حصہ اول صفحات: ۴۹۴-۵۴۶ از محمد فاروق خاں
☆ آں حضور ﷺ کی دعائیں از محمد فاروق خاں ☆ زبور آل محمدؐ
☆ دعائے خیر البشر مولانا سیّد ابوالحسن علی ندویؒ ☆ دعائے کمیل
☆ مسلمہ کی دعائیں ام صہیب
☆ مقبول دعا علی قحطانی
☆ اسلامی وظائف مولانا عبدالسلام بستوی

یاد کریں

دعائیں یاد کرنا آسان ہے۔ اس کی ایک آسان ترکیب ہے۔ وہ ہے موضوعات کے تحت اپنی نوٹ بک یا ڈائری میں چار چار دعائیں لکھ لیں اور دوران سفر وغیرہ یاد کریں۔ مثلاً ربنا، انبیاء کی دعائیں، خیر کی دعائیں، پناہ مانگنے کی دعائیں، رزق میں فراخی کی دعائیں، استغفار وغیرہ وغیرہ۔ دعائیں اپنی زبان میں بھی اللہ تعالیٰ قبول فرماتا ہے، مگر مسنون دعاؤں کی بات اور ہے۔ مسنون دعائیں جامع ترین ہوتی ہیں۔ ایک اور اہم بات یہ ہے کہ انسانی ضروریات کا احاطہ جس طرح نبی ﷺ نے فرمایا کسی عام انسان کے ذہن کی رسائی وہاں تک ممکن ہی نہیں۔

دعا کریں

عام دعاؤں سے ہٹ کر ہماری کوشش ہو کہ روزانہ کوئی ایک دعا خدا سے ہم ضرور مانگیں۔ چاہے وہ اپنی ہی زباں میں کیوں نہ ہو۔ زندگی کی ضروریات کی ایک فہرست بنائیں، جس میں دین، دنیا، آخرت، تعلیم، تجارت، دعوت، جماعت، صلاحیت، گھر اور خاندان وغیرہ شامل ہوں۔

دعا پڑھیں

دعا پڑھنے سے ہماری مراد یہ ہے کہ بہ وقت ضرورت گھر والوں پر یا دیگر لوگوں پر دعا پڑھ کر دم کریں۔ نبی ﷺ نے ہر مصیبت اور ہر مسئلے پر دعائیں سکھائی ہیں۔ گھر میں بچہ جب بیمار ہوتا ہے تو فوراً ڈاکٹر یاد آتا ہے، کوئی چیز گم ہو جائے تو پولیس میں کیس درج کروانے کی سوچتے ہیں، کوئی پریشانی آ جائے تو صاحب رسوخ کو فون کر لیتے ہیں۔ مگر مسبب الاسباب کی طرف فوراً دھیان نہیں جاتا۔ رات میں سوتے وقت دعائیں پڑھ کر سب پر دم کریں۔ یہ تمام امور ہمیں اندر سے مضبوط انسان بنائیں گے۔

۴۔ ذکر

ذکر اللہ تعلق باللہ کا جز ولاینفک ہے۔ ایک مومن تعلق باللہ اور ذکر اللہ کے بغیر زندہ نہیں رہ سکتا ہے۔ اس کے بغیر اس کا شمار مردوں میں ہونا چاہیے۔ نبی ﷺ نے فرمایا: ''جو شخص اپنے رب کو یاد کرتا ہے اور جو یاد نہیں کرتا ان کی مثال زندہ اور مردہ کی سی ہے۔''

ذکر اللہ زندگی بھی ہے ذکر اللہ بندگی بھی۔ ذکر کثیر کا خدا نے حکم فرمایا ہے۔ ذکر کامیابی کی ضمانت ہے، ذکر سے روگردانی کرنے سے معیشت تنگ ہو جاتی ہے۔ ذکر سے غفلت شیطان کے تسلط کے سبب ہوتا ہے۔ غافلین ذکر نہیں کیا کرتے جب کہ عارفین ذکر کے پابند ہوتے ہیں۔ ذکر اللہ سے دل خالی ہو تو مال و اولاد کی محبت کی ہلاکت انگیزی جگہ لیتی ہے۔ ذکر مومن مردوں اور مومن عورتوں کی صفات میں بتائی گئی ہیں۔ ذکر ہر عبادت کی جڑ ہے۔ ذکر صاحب بصیرت لوگوں کی پہچان ہے۔ ذکر زندگی کے مرحلے میں ہو اور ہر چیز سے بڑھ کر خدا کا ذکر بندہ مومن کا شیوہ ہے۔ جب اس طرح ذکر اس کی زندگی کا جز بن جاتا ہے تب وہ نفس مطمئنہ بن جاتا ہے۔ اس کا دل سکون آشنا ہوتا ہے۔ قرآن کہتا ہے:

اَلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوْبُهُمْ بِذِكْرِ اللّٰهِ ؕ اَلَا بِذِكْرِ اللّٰهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ ۝ (الرعد:۲۸)

''یہ وہ لوگ ہیں، جو ایمان لائے اور جن کے دلوں کو اللہ کے ذکر سے اطمینان حاصل ہوتا ہے۔ سن رکھو اللہ کی یاد ہی سے دلوں کو سکون ملتا ہے۔''

یہ ہے وہ ذکر جس کا ''ذکر'' ہماری نشستوں میں خال خال ہی ملتا ہے۔ ان لوگوں نے جرم کیا ہوگا جنھوں نے صرف نماز، قرآن، دعا اور ذکر ہی کو کل دین سمجھ لیا ہو، مگر یہ بھی کم نادانی کی بات نہ ہوگی کہ ان امور کا ہماری عملی زندگی میں استخفاف ہو۔ ذکر کے سلسلے میں چار باتوں کی طرف توجہ مبذول کرانی ہے۔

کلمات ذکر کا تعین

احادیث کی کتابوں میں ذکر کے بعض مخصوص کلمات آئے ہیں۔ وہ لوگ غلطی کرتے ہوں گے جنھیں کلمات ذکر کے مفہوم کا شعور وادراک نہ ہو۔ مگر یہ تعویذ کی حیثیت سے نہیں بلکہ یاد کرنے اور توجہ دلانے کی غرض سے ہو۔

روزمرہ استعمال

صبح اٹھنے سے لے کر شام بستر پر جانے تک ایسے بے شمار مواقع آتے ہیں جہاں نبی ﷺ نے ہمیں اذکار سکھائے ہیں۔ ان اذکار کا اہتمام متقیانہ زندگی کی پہچان ہے۔ بیت الخلا میں، آئینہ دیکھتے وقت، گھر سے باہر نکلتے وقت، سواری پر چڑھتے ہوئے، سوتے وقت۔ غرض زندگی کے بے شمار مرحلوں میں ذکر کے کلمات کا ورد شعوری طور پر ہو تو قلب کی انابت بڑھ جاتی ہے۔

مخصوص ذکر

ہمارے بزرگوں کا طریقہ تھا کہ دن میں کچھ وقت وہ فارغ کرتے اور کلمات ذکر کا استحضار قلب کے ساتھ ورد کرتے۔ علامہ ابن تیمیہؒ کے بارے میں لکھا ہے کہ وہ نماز فجر کے بعد سے سورج خوب گرم ہونے تک ایک ہی جگہ بیٹھ کر ذکر کیا کرتے تھے۔ کسی دن کسی وجہ سے اس معمول میں خلل پڑتا تو وہ فرماتے تھے کہ ''آج میرا ناشتہ نہیں ہوا میں بھوکا ہوں۔'' یہ پیری میں کرنے والا عمل نہیں بلکہ جوانی سے جس چیز کی عادت ہوگی وہی آخری سانس تک چلے گی۔

عبادت میں ذکر

عبادت اسی وقت عبادت ہوتی ہے، جب شعوری طور پر اس میں ذکر شامل ہو ورنہ وہ عبادت نہیں عادت بن جاتی ہے۔ جماعت کی نماز میں جتنے لوگ شامل ہوتے ہیں، ان سب کی نماز اپنی کوالٹی کے اعتبار ایک درجے کی نہیں ہوتی، بلکہ جس کی نماز ذکر سے بھرپور ہو وہ اعلیٰ ترین نماز ہے۔ اس طرح ایک طویل حدیث میں نبی ﷺ نے فرمایا ہے کہ جہاد کرنے والوں میں سے افضل جہاد اس کا ہے، جس نے ذکر کثیر کیا ہو۔ تمام حجاج میں اس کا حج اکمل ہے، جس نے ذکر کثیر کیا ہو۔ لہٰذا ہر عبادت اذکار سے پر مغز ہو تو دل مطمئن ہوتا ہے۔

غرض نفس مطمئنہ کی طرف ہمیشہ گامزن رہنے کے لیے یہ چار نسخے تجویز کیے گئے ہیں۔ اس کا ہرگز یہ مطلب نہیں کہ نفس مطمئنہ کے لیے بس یہ چار کام کر لینا کافی ہوگا۔ تعلیم، خدمت، دین، قتال، شہادت، فتح وغیرہ کے تمام اعمال سے ایک مومن خوش ہوتا ہے اور اس کا نفس مطمئن ہوتا ہے۔ مذکور بالا چار امور اہم اور بنیادی ہونے کے ساتھ ان سے غفلت محسوس کرتے ہوئے ان کی جانب توجہ مبذول کرانا وقت کا تقاضا تھا۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اطمینان قلب کی دولت سے مالا مال فرمائے۔ آمین۔